



Fakultet for Helse- og Sosialvitenskap

Ann Kristin Øverby

Masterstudium

*«Å leve med ulven tett på»*

En kvalitativ studie fra et ulvedistrikt

«To live close to the wolf»

A Qualitative Study from a wolf district

4PM791 Masteroppgave i Psykisk helsearbeid

2.mai 2019

Antall ord: 24432

Samtykker til tilgjengeliggjøring i digitalt arkiv Brage

JA ☐ NEI ☐

## Forord

Dette har vært en interessant, lærerik og tidvis krevende reise. Men jeg har ikke angret en dag på at jeg grep fatt på arbeidet. Det viser bare at nysgjerrigheten på kunnskap ikke har stagnert selv om jeg har passert 55 år. Jeg føler stor ydmykhet overfor alle de jeg har truffet ute i forskningsfeltet, ville rette en stor takk til de jeg fikk komme og besøke.

Jeg vil rette en stor takk til arbeidsgiver som ga meg grønt lys på å få gå masterstudiet i psykisk helsearbeid ved Høgskolen i Innlandet (HINN), campus Elverum. Jeg vil takke lærere, veiledere og medstudenter for gode innspill og støtte underveis. Jeg vil takke mine nærmeste for at de har heiet på meg, og en ekstra klem til mannen min som har banket på skrivestuedøra mi og vinket meg inn til «matpause».

Jeg er glad i natur og glad for alle årstidene, men høsten er kanskje favoritten. Når fjellet viser sine beste farger da er det trivelig å være rypejeger. Riktignok ble høsten 2018 litt spesiell da du vet at det er siste høsten til gammelbikkja og du får æren å få felle en av hennes siste ryper. I januar i år, dagen før hun døde, kom hun smygende opp i fanget mitt og la den ene labben sin oppå resultatfunnene/datamaterialet mitt, kikket opp på meg som om hun ville si: «Stå på matmor ... du er tøff...du er snart i mål ...». Vel i skrivende stund er denne oppgaven ferdig, og ny valp er bestilt. Livet går videre.

Jordet, våren 2019

Ann Kristin Øverby



## Norsk sammendrag

Hensikt: Å utdype forståelsen og få økt kunnskap om hvordan det kan være å leve tett på ulven i et ulvedistrikt.

Teoretisk forankring: materialet er sett i lys av fenomenologisk-hermeneutisk tenkning. Videre er det supplert med relevant fagteori i henhold til studiens funn.

Design og metode: Kvalitativt studie basert på semistrukturerte intervjuer, analysert gjennom systematisk tekstkondensering (STC). Datamaterialet kommer fra sju deltakere (2 kvinner og 5 menn).

Resultatfunn: Fire hovedkategorier ble identifisert/definert: «stressreaksjoner», «kampen mot konsekvensene», «betydning av støtte» og «framtidige verdier trues».

Konklusjon: denne studien viser deltakernes opplevelser og erfaringer av å leve tett på rovdyr og ulike konsekvenser det medfører i deres hverdag. Rovdyrfrykt og rovdyrangrep på husdyr kan skape fysiske og psykiske stressbelastninger, kan gi mer bekymringer og tapsopplevelse, belastende og tidkrevende merarbeid, de føler god støtte i lokalsamfunnet, men har variabel tillit til myndigheter og forskning med hensyn til forvaltningsspørsmål av rovdyr. Deltakerne kan føle på mindre verdighet og kan føle uro for framtida. Dette er hovedfunnene i denne studien selv om det foreligger noen nyanser i svarene til deltakerne. Nye begreper er utviklet på bakgrunn av deltakernes meningsutsagn: verdiråte og trussel-bagatellisering.

Nøkkelord: ulv, ulver, bjørn, jerv, gaupe, store rovdyr, mennesker, husdyreiere, helse, livskvalitet, følelser, stress, kvalitativ metode, kvalitativt intervju.

---

## Engelsk sammendrag (abstract)

**Purpose:** to deepen the understanding and gain increased knowledge about how it may be to live close the wolf in a wolf district.

**Theoretical grounding:** The material is seen in light of phenomenological-hermeneutic thinking. Furthermore, it has been supplemented with relevant subject theory according to the studys` findings.

**Method:** Qualitative study based on semi-structured interviews, analyzed through systematic text condensation (STC). The data comes from seven participants (two women and five men).

**Results:** Four main categories were identified/defined: «stress reactions», «the fight against the consequences», «importance of social support» and «future values are threatened».

**Conclusion:** This study shows the participants' experiences of living close to predators/carnivores and the different consesequences it entails in their everyday life. Predatory fear and predator attacks on livestock can create physical and mental stress loads. The participants can provide more worries and loss experiences, bothersome and time-consuming additional work, they feel good support in the local community, but have varying degrees of confidence in the authorities and research, with regard to the managment issue of predators. The participants can feel less dignity and they may feel uneasy for the future. These are the main findings in this study even though there are some nuances in the participants' answers. New concepts have been developed on the basis of the participants` opinion statement: value rot and threat downplaying.

**Keywords:** wolf, wolves, bear, wolverine, lynx, large carnivores, human beings, livestock owners, health, quality of life, emotion, stress, qualitative methodology, qualitative interview.

# Innhold

|   |           |
|---|-----------|
| <b>FORORD .....</b>   | <b>3</b>  |
| <b>NORSK SAMMENDRAG.....</b>  | <b>4</b>  |
| <b>ENGELSK SAMMENDRAG (ABSTRACT) .....</b>                                    | <b>5</b>  |
| <b>INNHold .....</b>  | <b>6</b>  |
| <b>1. INNLEDNING.....</b>   | <b>9</b>  |
| 1.1 STUDIENS HENSIKT OG FORSKNINGSSPØRSMÅLET.....                             | 9         |
| 1.2 FORFORSTÅELSE .....   | 10        |
| 1.3 AVKLARINGER OG AVGRENSNINGER .....  | 11        |
| 1.4 OPPGAVENS STRUKTUR.....   | 12        |
| 1.5 BAKGRUNNSKUNNSKAP .....   | 12        |
| 1.5.1 Rovviltforvaltningen .....  | 12        |
| 1.5.2 Interessekonflikter.....  | 14        |
| 1.6 ANSVAR FOR PSYKISK HELSE OG PSYKISK HELSEARBEID .....                     | 14        |
| <b>2. TEORETISK BAKGRUNN.....</b>   | <b>17</b> |
| 2.1 FORSKNING.....  | 17        |
| 2.2 STRESSTEORI .....   | 22        |
| 2.2.1 Definisjon på stress.....   | 22        |
| 2.2.2 Generelle fysiologiske og psykologiske stressreaksjoner i kroppen ..... | 23        |
| 2.2.3 CATS stressteori .....  | 23        |
| 2.2.4 Selvbestemmelsesteori .....   | 24        |
| 2.2.5 Akutt stress på jobb.....   | 24        |
| 2.2.6 Akutt belastningslidelse og Posttraumatisk stresslidelse(PTSD).....     | 25        |
| 2.2.7 Stress og emosjoner .....   | 26        |

|   |           |
|---|-----------|
| 2.2.8 Sorg og sorgfølelse og tap og tapsfølelse .....                         | 27        |
| 2.2.9 Arbeid og familiært stress og følelser.....                             | 27        |
| 2.3 BETYDNING AV SOSIAL STØTTE .....  | 27        |
| 2.4 MAKT – AVMAKT – TAP AV KULTUR OG MENNESKELIGE VERDIER TRUES .....         | 28        |
| 2.4.1 Språklig makt.....  | 29        |
| 2.4.2 Væremåter, holdninger og verdier .....                                  | 29        |
| 2.5 SALUTOGENESE OG OPPLEVELSE AV SAMMENHENG (OAS) «SENSE OF COHERENCE» ..... | 31        |
| 2.5.1 OAS og arbeidsliv.....  | 33        |
| <b>3. METODEVALG .....</b>  | <b>34</b> |
| 3.1 VITENSKAPSTEORETISK FORANKRING .....                                      | 34        |
| 3.1.1 Fenomenologisk og hermeneutisk tilnærming .....                         | 35        |
| 3.2 KVALITATIV METODE .....   | 36        |
| 3.3 STRATEGISK UTVALG OG REKRUTTERING .....                                   | 37        |
| 3.3.1 Inklusjons- og eksklusjonskriterier.....                                | 38        |
| 3.4 KVALITATIVT FORSKNINGSINTERVJU .....                                      | 39        |
| 3.5 GJENNOMFØRING AV INTERVJUENE .....  | 40        |
| 3.6 DOKUMENTERING.....  | 42        |
| 3.7 TRANSKRIBERING .....  | 42        |
| 3.8 OM DATAREDUKSJON .....  | 43        |
| 3.9 ANALYSE - KODING.....   | 44        |
| 3.10 SYSTEMATISK TEKSTKONDENSERING (STC).....                                 | 44        |
| 3.11 FORSKNINGSETISKE OVERVEIELSER.....                                       | 48        |
| 3.12 METODEDISKUSJON .....  | 49        |
| <b>4. PRESENTASJON AV FUNN .....</b>  | <b>53</b> |

---

|  |           |
|--|-----------|
| 4.1 STRESSREAKSJONER I «MØTE» MED ROVDYR.....      | 55        |
| 4.2 KAMPEN MOT KONSEKVENSENE.....                  | 57        |
| 4.3 BETYDNING AV STØTTE .....                      | 58        |
| 4.4 BETYDNINGSFULLE VERDIER I FRAMTIDA TRUES ..... | 60        |
| <b>5. RESULTATDISKUSJON/DRØFTING.....</b>          | <b>62</b> |
| 5.1 STRESSREAKSJONER I “MØTE” MED ROVDYR .....     | 62        |
| 5.2 KAMPEN MOT KONSEKVENSENE.....                  | 65        |
| 5.3 BETYDNINGEN AV SOSIAL STØTTE .....             | 67        |
| 5.4 FRAMTIDAS VERDIER OG LIVSGRUNNLAG TRUES .....  | 68        |
| <b>6. KONKLUSJON.....</b>                          | <b>72</b> |
| <b>LITTERATURLISTE .....</b>                       | <b>74</b> |

## **VEDLEGG:**

Vedlegg 1: Tilbakemelding fra NSD

Vedlegg 2: Skjema for informasjonsskriv og samtykke

Vedlegg 3: Intervjuguide

Vedlegg 4: Arbeidsdokument fra analyseprosessen



---

# 1. INNLEDNING

Jeg har vokst opp på landet og da jeg var lita jente lekte jeg og vennene mye ute, vi hoppet i høyet, klatret i trærne, bygget barhytter og det var ingen fare med å kunne låne tollekniv i ny og ne for å spikke en pil. Vi bodde hele somrene ute i telt, lærte fort å svømme, lærte å padle kano, lærte å fiske og lærte etter hvert om jakt.

Jeg begynte i første klasse i 1971. Ble det snakket om ulv ble det referert fra bøkene til Jacob Breda Bull, historien om «Ajaks» og «Hektor» som slåss med ulven i Rendalen. Jeg husker diskusjonene rundt slagbjørnene som herjet i Trysil på 70-tallet. Men ulv var det lite snakk om. Trysil har vært ei typisk skogbygd og i mange tiår frem til 90-tallet holdt primærnæringene tritt.

En gryende turisme var på gang og Trysil fikk sin første turistsjef. Hva kan Trysil tilby turistene enn bare utforbakker? Kanskje turistene vil se ulv. Politikerne i Trysil gikk med på at kommunen skulle være en del av ulvesona. Det virket så eksotisk – hvert fall for turistene. Kjærkomne penger til kommunen. Flere gårdbrukere begynte utover 2000-tallet å merke veksten i ulvebestanden, de mistet husdyra sine og jegere hundene sine. Lenge var dette noe som bare «herjet» i den sørlige delen av Hedmark. Nå er utbredelsen større.

Ulike meninger og oppfatninger rundt rovdyr og i hovedsak ulv og ulvesoner har vekket til live sterke reaksjoner hos mange – hvert fall slik det fremstilles gjennom media. Den veldige opphetede debatten og motpolene er ikke mitt fokus. Jeg har valgt å gå nærmere inn i enkeltpersoners opplevelseshet og erfaringsverden og reflektere faglig/se på deres situasjon ut fra et *helseperspektiv*. For mine tanker var at noen måtte spørres mer inngående om rovdyr kan påvirke helse og trivsel, er det forbundet med helsemessig risiko, og i såfall kan det gjøres noe med det. Med et fokus i starten på «bare» å vinne ny kunnskap om trivsel og helse fikk jeg gjennom sju unike historier en djupere viten som andre kan lære noe av. Les gjerne videre.

## 1.1 Studiens hensikt og forskningsspørsmålet

Hensikten med denne studien er å få økt kunnskap om enkeltmenneskers erfaringer knyttet til ulike opplevelser de har hatt med rovdyr. Hva mener de om redsel og frykt for rovdyr og rovdyrangrep på husdyr og hvordan kan det fremme eller hemme deres trivsel og helse i jobbhverdagen eller livssituasjonen deres. De erfaringene som disse menneskene kan dele, er

kunnskap som ved nettopp å undersøke det fra deltakernes perspektiv, kan føre til bedre forståelse og økt innsikt i hva deltakerne går igjennom. Fra et helsemessig perspektiv kan det vise vei for at faktisk noen av disse deltakerne som ut fra sin situasjon, har et udefinert/uavklart oppfølgingsbehov de ikke har fått dekket gjennom helsevesenet i den kommunen de bor i.

Generelt sett er det ikke så ukjent at det er mange meninger om ulike forhold i samfunnet. Det kan være meninger som ikke alltid er like godt fundamentert, men som vi tror må være slik fordi vi tror at *sånn* må det være uten egentlig å vite nok om det egentlig *er* sånn. Som et annet eksempel kan folk flest tenke seg til hva som er symptombekymringer på kreft, men ved å spørre direkte de som har kreft så får vi en førstehåndsinformasjon på hvordan det egentlig føles og er. Å anta noe på andres vegne er langt fra det samme.

Enkelte forhold til rovdyr kan anses å innbefatte et forståelsesproblem for de som ikke er direkte berørt av rovdyr på samme måte i hverdagen sin. Å få ny innsikt i andre menneskers erfaringer og opplevelser kan sette det inn i en annen forståelsesramme som kan være nyttig erfaringsbasert kunnskap både for «alle oss andre» og beslutningstakere.

Forskningsspørsmålet mitt er som følger:

«Hva har kontakt med rovdyr eller erfaringer og opplevelser med rovdyrangrep på husdyr å si for enkeltmenneskers oppfatning av egen helse og livssituasjon?»

I intervjuguiden er spørsmålene formulert opp mot et tidsperspektiv før, her og nå og fremover. Reaksjoner og håndtering av situasjoner knyttet til møte med rovdyr og rovdyr-skadde husdyr, hvordan oppleves sosial støtte og videre deres opplevelse av egen helse og livssituasjon knyttet til forskningsspørsmålet.

## 1.2 Forforståelse

Jeg er utdannet sykepleier med videreutdanning i psykiatrisk sykepleie og jobber i dag i en kommunal psykisk helsetjeneste som tilbyr lavterskeltilbud særlig tenkt til mennesker som trenger et raskt samtaletilbud på grunn av en krise eller trenger et raskt psykisk helsehjelpstilbud. Min motivasjon og interesse for tema jeg har valgt, kommer delvis fra mitt faglige ståsted og interesse for helsefremmende perspektiv og delvis fra at rovdyrdebatten/-

temaet i seg selv har vært et tema i min kommune over lang tid. Av ulike grunner, ut fra min fagbakgrunn innen psykisk helsetjeneste lurer jeg på hvordan mennesker som opplever kontakt med rovdyr og/eller rovdyrangrep på husdyr håndterer/mestrer disse opplevelsene i sin hverdag. Mitt inntrykk er at det er lite forskning/kunnskap på den problemstillingen jeg har valgt. Det er litt upløyd mark jeg står på, og om det derfor er mulig å belyse om slike erfaringer kan virke negativt eller positivt på deres selvopplevde livskvalitet/trivsel og helse.

Kirsti Malterud (2017) beskriver om forforståelse at det er viktig å være bevisst egne meninger, erfaringer og holdninger til forskningstemaet siden dette ikke må påvirke det empiriske materialet i egen forskning.

### 1.3 Avklaringer og avgrensninger

Personene jeg refererer til i denne oppgaven benevnes som *deltakere*, en anbefalt terminologi etter Malterud (2017). Det er i denne undersøkelsen lagt inn noen avgrensninger. De deltakerne som er inkludert kommer hovedsakelig fra ruralt område på Østlandet. Det er kun valgt ut personer, som ut fra sin livssituasjon (og sin livsverden), kan fortelle om sine personlige erfaringer om hvordan de opplever sin rovdryrfrykt og/eller selvopplevde situasjoner med rovdyr-skadde/rovdrydrepte husdyr/hobbydyr. Mer om inklusjon og eksklusjonskriterier blir beskrevet i kapittel 3 om metode.

I den teoretiske bakgrunnen i denne studien er det ikke tatt med faglige dybdeforklaringer eller teorier rundt begrepet *livskvalitet*, av både praktiske og plass-messige grunner omtales begrepet kort nedenfor. Det samme gjelder for antroposentrisk og økosentrisk tankegang.

Livskvalitet er en betegnelse som mennesker ofte assosierer med trivsel eller det å ha et godt liv, og Helsedirektoratet sin rapport (IS-2727) viser til livskvalitet både som objektive og subjektive aspekter, og begge er nødvendige for å kunne gi et dekkende bilde av hva et godt eller dårlig liv innebærer (Bang Nes, Barstad & Hansen, 2018, s.19).

Økosentrisk natursyn – setter naturen i sentrum og mener grunnleggende at mennesket er på linje med andre arter (Sæther, u.å., lysark 6).

Antroposentrisk natursyn – setter mennesket i sentrum og har som grunnleggende holdning at mennesket kan tilpasse seg naturen til sine behov (Sæther, u.å., lysark 6).

## 1.4 Oppgavens struktur

Etter presentasjon av bakgrunn for tema og forskningsspørsmålet i innledningen/introduksjonen følger det i kapittel 2. en gjennomgang av relevant teori på området. I kapittel 3. beskrives både metodevalg og metodediskusjon, og i kapittel 4. presenteres funnene i empirien. I kapittel 5. som er drøftingskapittelet drøftes valgte teorielementer opp mot empirielementene(funn). Oppsummering av resultatene for å vise svar på problemstillingen/forskingsspørsmålet kommer til slutt i kapittel 6.

## 1.5 Bakgrunnskunnskap

I det følgende presenteres bakgrunnskunnskap for å forstå forskningsfeltet og deltakernes kontekst.

### 1.5.1 Rovviltforvaltningen

Klima og miljødepartementet har den øverste styremakten i rovviltforvaltningen. Departementet har det faglige ansvaret for rovviltforvaltningen på nasjonalt nivå, og skal videre følge opp det Stortinget og regjeringen fastsetter som vedtak på bestandsmål (Regjeringen, 2018, avsn.1). I 2007 ble det opprettet et fagråd for nasjonalt overvåkingsprogram for rovvilt.

I Norge er det i dag åtte rovviltregioner hvorav Hedmark er rovviltregion nummer fem (Regjeringen, 2018, avsn.3). Hver rovviltneemd er sammensatt av fylkespolitikere og representanter valgt av Sametinget. Rovviltnemda og Fylkesmannen har hovedansvaret for at tallet på rovvilt holdes på vedtatt nivå. I områder som er prioritert til rovdyr skal det være vanskeligere å få lov til å felle rovvilt enn i beitedyrprioriterte områder (Regjeringen, 2018, avsn.3).

Ifølge Holmen, Krokstad, Langfjord Mangerud og Stordal (2009, s.8) så bestemmes ikke Rovdyrpolitikken bare av nasjonale retningslinjer. Hver enkelt region har sin egen rovviltneemd som har ansvar for at det utarbeides en forvaltningsplan for rovvilt i egen region.

Å dempe interessekonflikter som oppstår i forholdet mellom mennesker og rovdyr har også vært en av viltnemdas oppgaver. Bestandtall skal kunne vurderes ut fra effekten på beiting, beitedyr og på livskvaliteten for folk i rovdyrutsatte området og rovdyrkonflikter kan påvirke helse, livskvalitet og trivsel negativt (Holmen, Krokstad, Langfjord Mangerud & Stordal, 2009).

*Ulvesonen* er et begrenset område i Norge der ulven skal få leve. Ulvesonene ble vedtatt i 2004 og ble justert i 2016. Årlig skal det kunne fødes 3-4 ulvekull i dette området etter nasjonale målsettinger. Ulvesonen består i dag av disse fylkene: hele Oslo, hele Østfold, hele den sydlige og vestlige delen av Akershus fylke, fra Fetsund er ulvesonene kun øst for elva Glomma. I Hedmark er det områdene sør-øst for Glomma, fra sør i fylket til Trysil i nord (Kampestuen, Sandvik & Solbakken, 2017).

Lovene som regulerer forvaltningen av rovvilt er Naturmangfoldloven og viltloven. Naturmangfoldloven sammen med Bernkonvensjonen, som er en internasjonal forpliktende avtale som Norge må følge, sier at rovvilt skal bevares i norsk natur men at det også skal være mulig å ta ut rovvilt for å unngå angrep på husdyr og tamrein (Regjeringen, 2018, avsn. 6). I Norge finnes det to rovviltforlik fra 2004 og 2011, forlikene regulerer hvordan rovvilt skal forvaltes i norsk natur (Regjeringen, 2018, avsn.6).

*Rovdata* (Miljødirektoratet, u.å.) er en underavdeling av Norsk Institutt for naturforskning (NINA). Rovdata overvåker de store rovdyrene (jerv, gaupe, ulv, brunbjørn og kongeørn) i Norge. NINA har en bred og sammen satt kompetanse på dyrearter, naturtyper, samfunnets bruk av natur og sammenhengen mellom naturdrivkreftene. NINA driver forskning og utredning som de relaterer til kvalitet, relevans, samarbeid, tverrfaglighet og økosystemtilnærming (NINA, u.å.).

NINAs forskning fokuserer på å tallfeste og kartlegge omfanget av konflikter mellom rovdyr og mennesker, og forstå de underliggende økologiske og samfunnsmessige prosessene (NINA, u.å.). Det forskes på hvordan folk oppfatter og reagerer på rovdyr, konfliktene de forårsaker, og hvordan konfliktene håndteres av forvaltningen. Rovviltkonfliktene kan ikke forstås uavhengig av endringsprosesser som påvirker naturforvaltningen i moderne samfunn, og NINAs forskere studerer derfor menneskers forhold til rovdyr i et større samfunnsperspektiv (NINA, u.å.).

### 1.5.2 Interessekonflikter

Miljøorganisasjoner (navngitt nedenfor) mener den norske ulvebestanden er for lav og vil øke antall familiegrupper og områdene de får leve på betydelig. Landbruksnæringen mener bøndene i eller i nærheten av ulvesonen betaler en for høy pris og mener store utmarksressurser blir stående ubrukt. Selv om utviklingen i beitenæringene påvirkes av langt flere forhold enn rovdyrpolitikken, har etableringen av ulvesonen hatt merkbar innvirkning på enkelte lokalsamfunn og muligheten til å ha husdyr fritt på utmarksbeite (Østmoe, 2016, avns.2).

Det er flere miljøorganisasjoner som engasjerer seg for og i mot rovdyr deriblant World Wide Fund for Nature (WWF), (u.å., World Wide Fund for Nature). Naturvernforbundet (u.å., Naturvernforbundet) og Folkeaksjonen for ny rovdyrpolitikk (Folkeaksjonen for ny rovdyrpolitikk, u.å.) er to andre aktuelle organisasjoner som engasjerer seg for samme tema.

## 1.6 Ansvar for psykisk helse og psykisk helsearbeid

Siden dette er en mastergradsoppgave knyttet til perspektiv om psykisk helsearbeid beskrives også helsemyndighetenes generelle ansvar. Helse og omsorgsdepartementet (HOD) har det overordnede ansvaret for at befolkningen skal få gode og likeverdige helse- og omsorgstjenester uavhengig av eksempelvis bosted og økonomi (HOD, u.å., Folkehelseavdelingen). Folkehelseavdelingen er en av flere underavdelinger i Helse- og omsorgsdepartementet, og dens hovedoppgaver er helsefremmende og forebyggende arbeid, helseovervåking og helseregistre (HOD, u.å., Folkehelseavdelingen). Ansvarsområdet til avdelingen er blant annet oppgaver knyttet til psykisk helse og ansvar for å inkludere psykisk helse som en likeverdig del av folkehelsearbeidet (HOD, u.å., Folkehelseavdelingen) jf. Meld. St. 19 (2014-2015) *Folkehelsemeldingen - Mestring og muligheter* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2014) og Meld. St.19 (2018-2019) *Folkehelsemeldinga – Gode liv i eit trygt samfunn* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018). I den siste stortingsmeldingen er «klima og miljø» kommet inn som et supplerende og samarbeidende tema/område på nettsiden til HOD (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018).

Etter Folkehelseloven(2011, §1 & §7) har kommunen ansvar for å ha oversikt over lokale folkehelseutfordringer og ut fra dette iverksette hensiktsmessige tiltak. Helsedirektoratets utredning “*Gode liv i Norge*” viser til hvordan man kan sikre gode data om befolkningens

---

livskvalitet, det betyr at befolkningens livskvalitet konkrete kan måles via skårings-skjemaer (Helsedirektoratet, 2016 [IS-2479]).

Kommunene etterspør kunnskap i form av verktøy, metoder og effekt av tiltak for psykisk helse i folkehelsearbeidet derfor vil Folkehelseinstituttet (FHI) ha psykisk helse som sin forskningsportefølje fremover, nettopp fordi det er behov for å få bedre oversikt over befolkningens psykiske helse og livskvalitet på nasjonalt og lokalt nivå, særlig for befolkningen over 40 år (Bang Nes, Barstad & Hansen, 2018; Departementene, 2017, s.7-55; Folkehelseinstituttet, 2017).

I regjeringens strategi for god psykisk helse «*Mestre hele livet*» (2017-2022), ønsker den å synliggjøre betydningen av helsefremmende og forebyggende arbeide som en viktig del av både folkehelsearbeidet og kommunens psykiske helsetjenester og der Verdens helseorganisasjon (WHO) sin Mental Health Action Plan (2013-2020) er grunnsteinen i føringen av ett slikt helsearbeid. Psykiske helseproblemer (særlig angst og depresjon) er en viktig årsak til helsetap gjennom livet (Departementene, 2017).

### **Definisjon på psykisk helse:**

Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer psykisk helse som «... en tilstand av velvære der individet kan realisere sine muligheter, håndtere normale stressituasjoner i livet, arbeide på en fruktbar og produktiv måte og har mulighet til å bidra overfor andre og i samfunnet.» (Folkehelseinstituttet, 2017; Helsedirektoratet, 2016, s.10).

Psykisk helse benyttes som et overordnet begrep, det omfatter alt fra god psykisk helse og livskvalitet til psykiske plager og lidelser, og helsefremming, forebygging, behandling og rehabilitering er tiltak som omfatter hele dette feltet (Departementene, 2017).

Med psykisk helse i folkehelsearbeidet menes samfunnets innsats for å fremme befolkningens psykiske helse og livskvalitet og det har blitt en økt bevissthet om betydningen av psykisk helse i barnehage/skole, arbeidsliv og frivillig sektor (Departementene, 2017).

Psykisk helse omfatter andre sektorer enn bare helsesektoren som lenge har vært den tradisjonelle oppfatningen og derfor satses det fremover på samarbeid på tvers av sektorer, klargjøre ansvar og roller og eierskap til en felles samfunnsoppgave om å styrke borgernes well-being slik WHO benevner begrepet «livskvalitet» (Departementene, 2017). Et eksempel

er frivillig innsats som styrker sosiale og støtende felleskap, videre hevdes det at samarbeidet med næringslivet er viktig, blant annet understreker regjeringen at et innovativt samarbeid med landbruket er en viktig ressurs for menneskers psykiske helse (Departementene, 2017, s.15).



---

## 2. TEORETISK BAKGRUNN

I det følgende foreligger den valgte teoretiske referanserammen for denne studien. Den er valgt på bakgrunn av antatt relevans til forskningsspørsmålet. En teoretisk referansebakgrunn er styrende for hvordan innholdet leses og gjør seg synlig. Innholdet i den teoretiske bakgrunnen omfatter relevante teorier, modeller og definisjoner som skal være til støtte for å finne meningen i og forståelsen bak det som ligger som funn i materialet (Malterud, 2017).

Det er blant annet elementer av stressteori, emosjoner, sosial støtte, makt, salutogenese som blant annet anses som relevant teoristøtte til å fortså empirifunnene; stress og emosjonelle reaksjoner, konsekvenser av endringer, betydning av støtte og verdier som trues. Når det gjelder annen relevant forskning har jeg utfra både første og andregangs- litteratursøk (gjort i Scopus, Oria, SveMed+, Cinahl, Cochrane Library, PsycInfo/Ovid/Medline, Brage, Google/Google Chrome samt litteraturlister i aktuelle forskningssartikler) funnet forskning som jeg, i samhandling med universitetsbibliotekaren ved HINN, campus Elverum, mener kan bidra med både nyttig informasjon og gode nyanseringer til mine funn jf. kap.2.1.

### 2.1 Forskning

I de litteratursøkene jeg har fått gjennomført finner jeg, ut fra mitt ståsted, lite *kvalitativ* forskning(dybdeintervjuer) som rettes mot mennesker som har uttalt seg om sine opplevelser knyttet til rovdryfrykt eller rovdryrangrep på husdyr. Det finnes en prosjektrapport ved navn "*Menneske og rovvilt*" (Stordal & Uldal, 2004) der forskningsdata ble innhentet fra deltakere fra 12 ulike kommuner, det ble gjennomført semistrukturerte intervjuer og litteratursøk/-studie. Hovedfunn i denne undersøkelsen var rovdryrutfordringer som skaper betydelig problemer for noen enkeltmennesker, familier og grupper og som medførte konsekvenser for deres helse, trivsel og livskvalitet(Stordal & Uldal, 2004). Det finnes en kvantitativ forskningsstudie fra en helseundersøkelse i Nord-Trøndelag (HUNT 3) fra 2009 som også er relevant for eget studie, her har forskeren gjennomført en spørreskjemaundersøkelse rundt samme tema som i rapporten nevnt ovenfor (Holmen, Krokstad, Langfjord Mangerud & Stordal, 2009), omtales forøvrig mer senere i kapittelet.

Derimot finnes det en god del forskning og statusrapporter som omtaler rovdryrhelse og rovdryratferd i seg selv, det finnes rapporter om skadegjøring på bufe, tamrein og hund av ulv i Norge (Wabakken et al., 2017, s.7). Ett historisk tilbakeblikk på de negative konsekvensene

av for hard beskatning som rovdyra fikk på både 17- og 18 hundretallet (Richardsen, 2014, s.3-21), ble etterhvert opphavet til det vi ser av dagens opprop blant annet fra ulike miljøorganisasjoner for å ivareta rovdyras rett til sin eksistens/minimumsbestandsmål. Det ble satt søkelys på menneskets “ukritiske” herredømmerett over rovdyra. Det førte etterhvert til at flere små og store rovdyr og rovfuglearter ble fredet (Richardsen, 2014, s.3-21).

Det finnes litteratur som gir oversikt over ett større antall mennesker som ble drept av rovdyr på 17-, 18- og 1900-tallet. Disse opplysningene stammer ifra kirkebøker fra hele landet, og det presiseres i litteraturen at det var vanlig at prester og proster på den tiden ikke oppga årsaken til dødsfallet. Så en ser for seg endel mørketall i forhold til registreringen av dødsfall forårsaket av rovdyr på den tiden. Det refereres blant annet i en kirkebok om “dobbel ulykke”, siden husbonden etter å ha blitt ihjelslått av bjørn har en kone som ikke orker å leve videre uten ham, så hun går og henger seg (Furseth, 2014, s.22-37).

Tapsopplevelser og sorg var trolig like inngripende den gangen som i dag, men det fantes ikke profesjonelle hjelpesystemer som ivaretok et slikt traume. At det hadde store innvirkninger på enkeltpersoners liv er det kanskje liten tvil om. Det var mange husdyrbruk for 100-200 år siden, folk flest hadde lite å rutte med og måtte verne om dyra. Særlig mange fattige barn og unge ble satt til å gjete og fra en og annen distriktslege kom det innsigelser mot denne form for barnearbeid (Furseth, 2014, s.22-37).

Blant tidligere, men også oppdatert litteratursøk i de samme databasene som er nevnt tidligere (samt litteraturlister i aktuelle forskningssartikler), har jeg funnet flere artikler og rapporter som handler om undersøkelser som går på folks holdninger til rovdyr. Perspektivet er ofte økologisk/økosentrisk (et begrep som er forklart i kapittel 1.3).

Det er i denne sammenheng gjort flere skandinaviske forskningsarbeider. I vårt naboland ble det gjort en intervjuundersøkelse blant 2000 svensker i 1999 der målet med undersøkelsen var å belyse svenskenes innstilling til ulv, avslutningsvis står det at den største trusselen mot ulven i Sverige er muligens menneskers frykt og illegal jakt, menneskers uro for sin egen sikkerhet og for dyra gjør at den økende positive innstillingen til ulv henger på en skjør tråd. Det er derfor viktig at ulvens farlighet verken under- eller overdramatiseres (Karlsson, Bjärvall & Lundvall, 1999).

En rapport (Holmen, Krokstad, Langfjord Mangerud & Stordal, 2009) ført i penn av blant annet psykiater og overlege Eystein Stordal, viser aspekter om rovdyr og helse i en

helseundersøkelse gjort i Nord-Trøndelag (HUNT 3), henholdsvis Lierne og Namdalseid kommune. I rapporten (kvantitativ spørreundersøkelse), kom det fram at rovdysituasjonen påvirket helse og trivsel i større grad i Lierne som på det tidspunktet hadde større rovdyrangrep på husdyr på grunn av bjørn enn sammenlignet med Namdalseid med mindre rovdyrtrykk. Rapporten konkluderte med at forekomsten av store rovdyr sett i forhold til næringsvirksomhet, glede ved bruk av utmark, livskvalitet og trivsel har blitt påvirket på en negativ måte, men at det ble funnet en relativt liten direkte effekt på selvrapportert helse, samtidig blir det bekreftet at det var en tillitssvikt mellom befolkningen og myndighetene når det gjelder rovdyrforvaltningen (Holmen, Krokstad, Langfjord Mangerud & Stordal, 2009).

Psykiater og overlege Eystein Stordal har ved en senere anledning blitt intervjuet av Fostås med tilknytning til å skrive bidrag til en miniserie kalt «*Menneske i Ulveland*» (Fostås, 2004, s.1-15) om tema rovdryrfrykt – ulvefrykt. I intervjuet den gangen henvises det til HUNT 3 rapporten der Stordal ikke er fornøyd med det som er gjort av forskning rundt forholdet menneske og rovdyr. Grunnleggende forskning på frykt for rovdyr og konsekvenser for helse, trivsel og livskvalitet er ikke utført, nevnte Stordal på det tidspunktet, og videre betoner han at verken nasjonalt eller internasjonalt finnes det pålitelige, relevante og allsidige grunnforskning som en kunne ønsket seg i dagens rovdysituasjon, her sikter han til dybdeintervjuer (Fostås, 2004). I senere tid er det blitt gjort mer forskning på fenomenet frykt for rovdyr.

En annen undersøkelse – datainnsamling ved hjelp av et åtte-siders spørreskjema om folks persepsjon om dyrearter i Sveriges villmark – de konkluderer i sin studie med følgende konklusjon at for å redusere frykt for brunbjørn og ulv tenker de at det er mer effektivt å aktivere folk til å lære mer om deres egne reaksjoner enn å lære mer om ulv og bjørneadferd (Johansson & Karlsson, 2011).

I Sverige har det i 2015 vært gjennomført en spørreskjemaundersøkelse rettet mot menneskers holdninger til rovdyr. Deltakerne skulle svare på et seks siders spørreskjema om personlige erfaringer knyttet til brunbjørn eller ulv. Her er fokus å måle deltakernes holdninger for å kunne finne den beste måten å forberede mennesker nærvær til rovdyr. Selve informasjon måten/-typen kan hjelpe å få ned skepsis, det vil si to ting: gjennom informasjon lære seg hvordan unngå bjørneproblemer og samtidig bli informert om de potensielle fordelene av det å ha bjørner, her refereres det i artikkelen fra en undersøkelse i Ohio, USA (Flykt, Johansson & Frank, 2015).

En litteratur-review-undersøkelse fra 2016 har forskerne sett på ulike sider av det å måle menneskelig frykt for store rovdyr. De hevder at vitenskapelig litteratur på effekten av intervensjoner adressert til menneskets frykt for store rovdyr er knapp og delvis motstridende som gjør det vanskelig for naturoppsyn/villmarksguider å stole på nåværende forskning ved utforming av hensiktsmessige intervensjoner/inngrep (Johansson, Ferreira, Støen, Flykt, J. & Flykt, A., 2016).

I andre sammenhenger er det gjort undersøkelser om frykt for store rovdyr, der det er lagt vekt på å lage informasjonsprogram som kan endre menneskers frykt for store rovdyr (Johansson, Frank, Støen & Flykt, 2017; Rygg Johnsen, 2018). Andre har sett på om det er forskjell på holdninger mellom generasjoner men også blant barn. En prosjektrapport «Barn og natur» (Lillebo, Gundersen & Nilsen, 2007) viser en endring i synet på rovdyr hos femteklassinger hvorpå undersøkelsen viser at det var liten rovdyrfrykt blant barn, og at rovdyrfrykten er lavere i byen enn på landet, det er guttene i byen som har lavest rovdyrfrykt, selv om jentene rapporterte litt mer frykt var det jentene som var mest opptatt av å verne om rovdyra (Lillebo et al., 2007).

En rapport fra NINA (Krange & Skogen, 2018) som heter «*Nordmenns holdninger til ulv*», viser til at folk er oftere positiv til ulv, en oppfatning som er mest utbredt i urbane strøk. Spørsmålsstillingen i denne undersøkelsen er flyttet fra «ulv i Norge» til «ulv der du bor». Den norske befolkningen er delt i synet på å ha ulv i naturen der man bor og de misliker ulven *mer* når de har *sett* den der de bor. Det henvises til begrepet NIMBY (not in my backyard), som er kjent i denne sammenhengen med spørsmål om ulv, den skal få være i Norge men ikke nødvendigvis i nærheten der man bor. Det vises til at det er særlig menn med lavere utdanningsnivå, som driver med jakt og har et antroposentrisk natursyn som liker ulv dårligst (Blekesaune & Rønningen, 2010; Krange & Skogen, 2018).

Senhøsten 2018 kom en ny rapport fra NINA (Skogen, Johansson, Figari, Flykt & Krange, 2018, s.3-136) som heter «*Erfaringer med ulv*» der studiens formål har vært å kartlegge menneskers *opplevelse* av å ha ulv i nærheten, samt å undersøke erfaringer med ulv og emosjonelle reaksjoner på ulv i befolkningen. Det ble gjennomført en spørreskjemaundersøkelse i et representativt befolkningsutvalg fra hele landet og et spesialutvalg som dekker deler av ulvesonen, samt en intervjuundersøkelse i områdene rundt Osensjøen i Hedmark og Østmarka ved Oslo (Skogen et al., 2018). Spørreskjemadata viser at det er et skille mellom kognitive(tenkte) forestillinger om ulven som et farlig dyr, og den

personlig opplevde frykten for å møte ulv. I studien fremkommer det at det er en betydelig gruppe av mennesker som er redde for ulv og som kan ha behov for tilgang til mestringsstrategier i sin hverdag (Skogen et al., 2018). Forskerne viser til faktorer som at tillit til miljøinstitusjoner har større betydning for opplevelse av frykt i rurale enn i urbane strøk, slik at tiltak som er innrettet på å gjøre noe med folks forhold til dyret ulv har mindre sjanse til å lykkes der fryktproblematikken i stor grad er et spørsmål om tillit (Skogen et al., 2018). Studiens kvalitative data viser at tillit til sentrale aktører er et kjernepunkt, ikke bare når det gjelder generelle holdninger til ulv og ulveforvaltning, men også når det gjelder tolkning og diskursiv innpakning av konkrete hendelser, oppfatning av ulven som farlig, og opplevelse av egen frykt (Skogen et al., 2018). Dette er et hovedfunn, som styrkes av studiens metodiske triangulering, og et hovedbilde er at hendelser med ulv tolkes inn i et bilde av ulv og ulveforvaltning som finnes fra før (etablerte tolkningsrammer) og det er tillit eller mangel på tillit til myndigheter og forskning, og det er en oppfatning av urimelig maktskjevhet mellom «storsamfunnet» og små bygdesamfunn (Skogen et al., 2018).

For 15 år siden slapp Østlandsforskning en rapport der hovedfokuset for prosjektet deres var å se på de samfunnsmessige konsekvensene av rovdyr sett opp mot lokalbefolkningens interesser og regional utvikling i de berørte områdene (Grefsrud & Overvåg, 2004). I henhold til rapporten ble det beskrevet forskjell på konsekvensene det ville ha. Den nordlige delen av Hedmark ville bli mest berørt blant annet fordi den negative utviklingen i arbeidsplasser og næringssammensetningen tilsier at det kan være vanskeligere å erstatte tapte arbeidsplasser med annen form for sysselsetting (Grefsrud & Overvåg, 2004). Satsingsområdet for mange distriktskommuner er nettopp reiseliv, hyttebygging og annen utmarksbasert virksomhet. I rapporten ble det hevdet at en negativ utvikling på grunn av rovdyr kan risikere å redusere mulighetene for slik næringsutvikling i kommunene, der det ble påpekt at de nordligste kommunene har mindre pendlingsmuligheter enn lenger sør, og at det derfor er mindre muligheter til å bli boende på sikt dersom man ikke har arbeidsmuligheter (Grefsrud & Overvåg, 2004).

En studie av Skuland (2008) tar opp temaer rundt utvikling av kommersiell turistnæring, og at modernisering av landbruk og jakt ikke vil være forenelig med idealet om en autentisk natur. Når hyttefolket kommer skal de helst ha en «folketom» natur, som hun hevder vil være å «stenge ute» den brede befolkning. Avbefolkningstendensen i seg sjøl truer

kulturlandskapet som nærmer seg et romantisk ideal – en luksus for noen grupper (Skuland, 2008).

En annet studie gjort av psykolog Anne Silviken (2011) tar opp, i henhold til denne studien, beslektede temaer, men som er knyttet til arbeidsstress i reindrifta sett i lys av sosiokulturelle forhold og selvmorddødelighet blant reindriftssamer. Deres næring er preget av ulike interne og eksterne konflikter og Silviken viser til svensk forskning som har vist at reindriftsutøvere strever med økonomiske vansker, opplever høye krav, lite kontroll, liten grad av sosial støtte og lite håp for fremtiden, og det nevnes i artikkelen at reindrifteiere kan slite psykisk, de er ofte søvnløse, tungsindige og bekymret (Silviken, 2011). Opplevelsen av manglende tillit til og forståelse fra myndighetene og en opplevelse av ikke å kunne endre situasjonen er forhold unge reindriftsutøvere kjenner på - Hvorfor man ikke bare kan bytte jobb som en løsning for å komme seg ut av en belastning motargumenteres med at reindriftsutøverne ikke bare opplever næringen sin *bare* som arbeid men også som en livsstil og en identitet de er sosialisert med fra de er barn (Silviken, 2011).

## 2.2 Stressteori

I henhold til forskningsspørsmålet og funn i denne studien vil det i det i kap.2.2 og tilhørende underkapitler refereres til kunnskap om akutt og kronisk stress, Akutt belastning/PTSD (posttraumatisk stress-syndrom) og momenter av stress knyttet til ulike emosjoner/reaksjoner hos deltakerne.

Det finnes mange ulike stressteorier og Arnetz og Ekman (2006) sier i sin fagbok at for å forstå mekanismene bak helse og lidelse og videre behandling og forebygging av stress må vitenskapelige siloer krysses, en disiplin har ikke svaret på alt, ei heller ett vitenskapelig paradigme, det må derfor tenkes på «tvers av» disipliner.

### 2.2.1 Definisjon på stress

Stress kan ifølge Helsedirektoratet (2017, s.4[IS-2655]) defineres på tre ulike måter:

- a) som en ytre påvirkning(stress-stimuli/stressor),
- b) som fysisk eller emosjonell reaksjon på ytre påvirkning(stresserfaring), og
- c) som er respons på samspillet mellom de ytre påvirkningene og reaksjonene på dem.

I henhold til stressteoriens far, Hans Selye, er stressopplevelser som oftest resultatet av en tre-stegs lineær stimulus-respons-prosess der steg en er en umiddelbar alarmreaksjon på en stressbelastning. Etterpå følger en motstandsfase der individet prøver å tilpasse seg eller håndtere stresset, mens steg tre er utmattelse og resignasjon som følge av langvarig belastning (Helsedirektoratet, 2017, s.4-5 [IS – 2655]).

Selye (1965) viser også til et såkalt «sunt eller godt stress» der pulsen går raskere og hormonene forandres men opplevelse av trussel eller frykt er ikke til stede. Denne stressreaksjonen knyttes til forelskelse, sportslige aktiviteter eller nye arbeidsoppgaveutfordringer.

Akutt stress er en annen type stress, som kommer plutselig og trenger en rask reaksjon. Denne typen stress er nødvendigvis ikke usunn dersom en finner for eksempel gode måter å slappe av på (Helsedirektoratet, 2017, [IS – 2655]).

Kronisk stress – negativt stress – oppstår ved gjentakelse av stressbelastende faktorer og som føles uunngåelig. Eksempel på hva som kan føre til kronisk stress er en stressende jobb eller et ulykkelig familieliv. Da kan det oppstå negative helseeffekter siden kroppen ikke er motstandsdyktig nok for langvarig kronisk stress (Helsedirektoratet, 2017, [IS – 2655]).

### **2.2.2 Generelle fysiologiske og psykologiske stressreaksjoner i kroppen**

Vanlige fysiologiske stressreaksjoner er hjertebank, tørr munn, stamming, svette og smerte, som vondt i magen eller nakken og hodepine. En høy stressaktivering om kvelden vil også kunne forstyrre søvn og døgnrytme. Vedvarende økt fysiologisk stressrespons kan ha negativ påvirkning på hukommelsen, det samme gjelder for hjerte-/karlidelser, overvekt, diabetes type 2, og fibromyalgi (Helsedirektoratet, 2017, [IS-2655]).

Langvarige psykologiske stressbelastninger kan også gi seg utslag i psykiske helse-plager som depresjon og angst, og dermed dårligere mental helse. Psykiske helseplager vil kunne ha negativ innflytelse på personenes fungering i dagliglivet som jobb/skole og i fritid/hjemme (Helsedirektoratet, [IS-2655]).

### **2.2.3 CATS stressteori**

Eriksen og Ursin har utviklet CATS-teorien, CATS – kognitiv aktiveringsteori for stress er teorien om hvordan stress virker i kroppen (2006, s.46-68). CATS viser både hva stress er og

hvordan man kan forebygge og redusere helseplager som skyldes vedvarende stress. Ifølge Eriksen og Ursin (Ursin & Eriksen, 2004, s.567-592) er stress i utgangspunktet en vanlig og sunn reaksjon på uventede hendelser eller store krav. Hormonsystemet, immunforsvaret og den kognitive funksjonen påvirkes av stress (Ursin & Eriksen, 2004). CATS-teorien (Eriksen & Ursin, 2006, s.47) beskrives i følgende fire trinn: 1) stress-stimuli eller situasjoner som utløser stress, 2) hjernens vurdering av fare, 3) Alarm og kroppens alarmberedskap igangsettes, 4) hjernens vurdering om det er en trussel eller noe som kan løses. Basert på hvordan personer oppfatter situasjoner de kommer i sier Eriksen og Ursin (2006, s.46).

Eriksen og Ursin sier at alt foregår i hjernen - erfaringer og læring lagres i hjernen (Eriksen & Ursin, 2006). Når en utfordring «slår inn» vil erfaringer og forventninger vi har eller ikke har være vesentlig for utfallet av stressreaksjonen, og reaksjonen kan bli/føre til god håndtering og gi følelse av mestring fordi det er forventet – en læring/trening, en plan på håndteringen, eller reaksjonen kan bli/føre til en dårlig håndtering som gir personen følelse av håpløshet og belastning fordi utfordringen oppfattes vesentlig annerledes enn det som var forventet (Ursin & Eriksen, 2004). Når en opplever at det blir umulig å løse utfordringene over tid kan mere alvorlige helseproblemer utvikle seg mener Eriksen og Ursin (Eriksen & Ursin, 2006). Dette er teori knyttet til funn i studien.

## **2.2.4 Selvbestemmelsesteori**

I henhold til selvbestemmelsesteori (Self Determination Theory - SDF), er det tre basale behov i selvreguleringen som må dekkes; autonomi, tilhørighet og kompetanse (Helsedirektoratet, 2017, [IS-2655]). Stress kan svekke selvreguleringen og hvis ikke de tre behovene nevnt ovenfor blir tilfredsstilt kan det føre til opplevelse av stress og frustrasjon, og dårligere psykisk helse; Autonomi blir forklart som å ha følelsen av valg, initiativ og styre egen adferd; Kompetanse handler om å kunne mestre og å ha opplevelsen av kontroll over konsekvenser av egne valg og handlinger; Tilhørighet betyr at en har nærhet og ekte relasjoner til andre (Helsedirektoratet, 2017 [IS-2655]). Dette er også teori som kan relateres til studiens funn.

## **2.2.5 Akutt stress på jobb**

Teori knyttet til funn i studien. Kleber og van der Velden (2009, kap.13) sier at «the consequences of acute stress at work can be serious and sometimes long lasting for those involved» (s.269). De beskriver videre at ekstreme erfaringer i arbeidssituasjon kan deles inn i flere sjikter. Ett eksempel, som kan relateres til denne studien, er personer som opplever



radikale forandringer i et selskap – reorganiseringer, eller konkurser som resulterer i at ansatte mister sin sikkerhet for utsikter til arbeid eller må håndtere en helt forandret situasjon. Andre forhold kan være natur- eller miljømessige katastrofer. Kleber og van der Velden (2009) viser til fysiske og mentale reaksjoner som for eksempel at minner og følelser kommer om igjen og om igjen, og at mareritt og repeterende drømmer er også en vanlig måte der tanker, følelser og bilder relatert til hendelsen er forventet. Om natten sover personen urolig og har vonde drømmer om hendelsen. Vaktsomhet og skvettenhet er vanlig. Tegn på forbedring er når personen bare strever noen ganger innimellom eller ikke i de hele tatt av minneinntrengning eller unngåelse eller andre symptomer knyttet til hendelsen. Personen kan tenke på situasjonen uten å bli overveldet av følelser og minnene av hva som hendte behøver ikke unngås lenger. Men tilpassing kan ta noen uker til noen måneder. Kleber og van der Velden (2009) sier at når det gjelder mer permanente psykologiske langtidsplager på grunn av ekstreme hendelser viser studier at ca. 10 til 30% av de utsatte lider av store funksjonsutfordringer som blant annet viser seg som alvorlig depresjon. Til tross for helsemessige utfordringer som trøtthet, nedsatt konsentrasjon og søvnvansker som påvirker arbeidsformen, kan personens problemer forsvinne og personens funksjonsnivå kunne gå tilbake til et adekvat nivå som betyr at flesteparten av disse personene vil ha en form for resiliens/bedringsprosess skriver Kleber & van der Velden (2009, s.275).

### **2.2.6 Akutt belastningslidelse og Posttraumatisk stresslidelse(PTSD)**

Teori knyttet til funn i studien. I ICD-10(1999, s.145-146) står det utdypende kliniske beskrivelser og diagnostiske retningslinjer for *akutt belastningslidelse* og *posttraumatisk stresslidelse* (PTSD). Her følger en kortere forklaringsversjon: Akutt belastningslidelse utvikles som en reaksjon på uvanlig legemlig eller psykisk belastning, som avtar innen timer eller dager. Det innebærer en opplevelse som innebærer en alvorlig trussel mot personens sikkerhet og fysiske integritet, eller mot hans nærmeste for eksempel naturkatastrofer, ulykker, kamp, overfall, voldtekt, eller uvanlig brå og truende endring i individets sosiale posisjon og sosiale nettverk, som store tap eller brann i hjemmet. Her inngår individuell sårbarhet og mestringsevne som har betydning for forekomsten siden det er et faktum at ikke alle personer som er utsatt for en stor belastning utvikler lidelsen. Vanlige symptomer kan være depresjon, angst, sinne, desperasjon, forvirring som kommer vanligvis i løpet av få minutter eller umiddelbart.

Posttraumatisk stresslidelse (ICD-10, 1999, s.145-146) oppstår som en langvarig reaksjon på en belastende hendelse eller situasjon av enten kort eller lang varighet av usedvanlige truende eller katastrofal art, som sannsynligvis vil fremkalle sterkt ubehag hos de fleste dvs naturkatastrofer eller menneskeskapte katastrofer, krigshandlinger, alvorlige ulykker, møte med andre personers voldelige død, selv å bli utsatt for tortur, terrorisme, voldtekt eller andre kriminelle handlinger. Psykiske predisponerende faktorer kan påvirke men er verken nødvendig eller tilstrekkelige til å forklare forekomsten av lidelsen. Symptomer som er typiske er episoder der man gjenopplever traumet i påtrengende minner – «flashbacks» - drømmer eller mareritt, samtidig med at individet har en fornemmelse av følelsesmessig avflating, nedsatt reaksjoner på omgivelser og mennesker, unngåelse av aktiviteter og situasjoner som minner om traumet. Det er vanlig at man frykter og unngår det som minner om det opprinnelige traume. Det oppstår gjerne vaksomhet, lettskremthet og søvnløshet samt angst og depresjonssymptomer. Varer fra noen uker til flere måneder (sjelden mer enn seks måneder). Hos noen kan tilstanden få utvikle seg til et kronisk forløp over flere år (ICD-10, 1999, s.145-146).

### **2.2.7 Stress og emosjoner**

I henhold til Stiegler (2015, s.19) er det emosjoner som farger vår opplevelsesverden, emosjoner er det psykologiske fenomenet som kommer først i hvordan forklare hvorfor vi gjør som vi gjør og hvorfor vi forstår verden slik vi gjør. Videre forklarer Stiegler (2015) at emosjoner kan forstås som psykologiske/biologiske/nevrologiske programmer som gjennom menneskets utvikling er blitt formet slik at de hjelper oss til å håndtere akutte farer, finne og holde på relasjoner og håndterer tapsopplevelser og hjelper mennesket til å mestre sosiale utfordringer knyttet til trygghet, makt og posisjon (Stiegler, 2015). Emosjoner sier altså hva vi trenger, ønsker, vil og bør, og de organiserer den indre verden vår på en måte som øker utsiktene til at vi ivaretar det som er viktig for oss (Stiegler, 2015). Eksempel på negative emosjoner er trishet, sinne, frykt, skam og skyld og eksempel på noen positive emosjoner er ro/velbehag, glede, stolthet, interesse/engasjement. Så beskriver Stiegler (2015, s.54) at det finnes andre tilstander som i seg selv ikke utgjør eller fremstår som en egen følelse, eksempler på disse tilstandene er sjalusi, misunnelse, kjærlighet og håpløshet. Dette er teori som er relevant til studien.

### 2.2.8 Sorg og sorgfølelse og tap og tapsfølelse

I henhold til funn i denne studien må det beskrives noe om sorg og tap. Sorg (som er å føle seg trist eller nedstemt, føle på håpløshet og bekymring, savn) er ofte reaksjonen eller konsekvensen av noe vi har mistet (Mitchell & Anderson, 1983, s.35-52). For å nevne eksempler kan det være materielle tap som tap av eiendeler, det kan være tap av roller på grunn av omstilling og pensjonering, eller tap av rolle som forelder, eller endringer i en persons system som familiesystemet eller arbeidsplassen (Mitchell & Anderson, 1983, s.35-52). I henhold til Halifax (2008) kan ethvert tap forårsake sorg. Tap av noe man føler seg knyttet til, tap av helse, tap av relasjoner eller frihet, tap av kjæledyr, tap av planer eller økonomisk stabilitet som å miste jobben, tap av identitet, tap av sikkerhetsfølelse etter en traumatisk opplevelse (overgrep, ran eller naturkatastrofe), (Halifax, 2008).

### 2.2.9 Arbeid og familiært stress og følelser

Teori knyttet til funn i studien. Lazarus (1999, s.132) viser til at arbeidsstress ikke kan ses isolert fra andre aspekter av en persons liv. Det finnes altså interaksjoner mellom arbeid og familiestress, om stress sier han at det handler om utallige variabler slik som kjønnsidentitet, funksjonelle forhold mellom partnere og arbeidsforhold der hver enkelt er tilknyttet. I virkeligheten er det en spillover av stress som er gitt samspillet arbeid og familiært stress. Lazarus (1999, s.137) viser til annen forskning som blant annet viser, til tross for innsatsen for å skjule arbeidsstress, at det likevel er synlig for sine koner og barn. I henhold til kronisk og akutt stress, har forskning vist at *dagliglivets problemer faktisk var enda viktigere faktorer i helseutfall enn store livshendelser* [min utheving] (Lazarus, s.146). Lazarus viser til Social Readjustment Rating Scale (SRRS) der livshendelser graderes fra 1-43, der død av ektefelle rangeres høyest/verst, som nummer 1, det å bli sparket fra jobb er som nummer 8, forretningsjusteringer eller økonomiske endringer er rangert som henholdsvis 15 og 16, forandringer i arbeidstimer er nummer 31 og forandringer i søvnvaner er nummer 38 (Lazarus, 1999).

## 2.3 Betydning av sosial støtte

I henhold til forskningsspørsmålet i denne studien er betydningen av sosial støtte etterspurt av meg som forsker, og i det videre presenteres teori om sosial støtte. Forskning/teori om sosial støtte viser seg å være helsefremmende ved å gi bedre evne til å takle livsbelastninger og bidra

til bedre helse og livskvalitet i mange ulike populasjoner. Drageset (2017, s.76-84) referer til teori fra Weiss om sosiale relasjoner der det vises til at individet har et iboende behov for å samhandle med andre, og det skilles mellom primære og sekundære relasjoner. De primære relasjonene omfatter nærhet, varme og hyppige møtepunkt, de sekundære omfatter karriere eller økonomiske mål.

Det finnes seks ulike dimensjoner (relasjoner) av sosial støtte og disse er tilknytning, sosial integrasjon, å kunne gi omsorg, bekreftelse av egenverdi og å ha en fortrolig som stoler på og ha noen å søke råd og veiledning hos (Drageset, 2017, s.79). For at en person skal føle tilstrekkelig støtte, må alle disse dimensjonene oppnås gjennom relasjoner med andre. Hver enkelt av de seks dimensjonene (vanligvis knyttet til en ektefelle, venner eller kollegaer), kan oppnås fra en og samme person, eller gjennom ulike relasjoner som kan dekke ulike behov. Den dimensjonen som heter sosial integrasjon vil være aktuell til tema. Den oppleves i et nettverk av relasjoner der deltakerne har felles interesse. Relasjonen er kilde til vennskap, utveksling av tjenester, base for sosial aktivitet. Bekreftelse av egenverdi oppleves i relasjoner der en opplever respekt og anerkjennelse som den en er. Relasjoner som kollegaer er et eksempel her, sier Drageset (Drageset, 2017). Fravær av denne dimensjonen kan føre til lavt selvbilde og mindreverdsfølelse. En tredje dimensjon som kan fremheves er det å ha noen en kan få råd og veiledning hos. Å få råd synes svært viktig i krevende og stressende situasjoner. Drageset beskriver videre at det går an å måle sosial støtte ved hjelp av skjemaer, det finnes flere men en av dem som kan brukes, uavhengig av diagnoser og alder, er «Social Provisions Scale» (SPS) som bygger på Weiss sin teori om relasjoner og de seks dimensjonene nevnt ovenfor (Drageset, 2017).

## 2.4 Makt – avmakt – tap av kultur og menneskelige verdier trues

I denne studien fremkommer det ytringer om makt og avmakt hos deltakerne. Thomassen (Thomassen, 2006, s.121-124) viser til den den franske filosofen og idehistorikeren Michel Foucault beskrivelser av makt og avmakt i diskurser.

Hans fokus var samfunnsinstitusjonenes maktutøvelse på individet, makt som prosess. Ifølge Foucault (referert i Thomassen, 2006, 122-124) mente han at det var ikke makten som enhver aktør besitter i seg selv men makt som utspiller seg *mellom* aktørene, og en vesentlig makt er makten over språket, og hva som viser seg som makt eller motmakt i diskurser i menneskelige

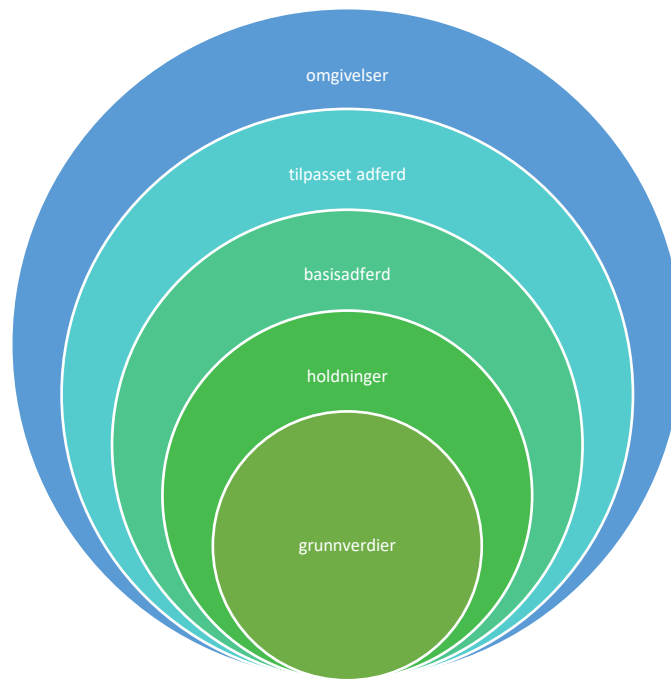
interaksjoner - mennesker som blir berørt og styrt av dokumenter, lover og regler. Makten er spredt utover og vanskelig å få tak i (Thomassen, 2006; Thurén, 2009).

### **2.4.1 Språklig makt**

Foucault fremhevet hvordan det ligger makt i vår tillærte måte å snakke om fenomener på, det han kalte for diskurser. Thomassen (2006, s.123-124) viser til Foucaults beskrivelser om hvordan diskurser bestemmes av en ramme å kommunisere på, viten og makt er uløselig sammenvevd og dette styrer eller bestemmer hvem som kan snakke og om hva det skal snakkes om hvor. Språk er i seg selv en maktutøvelse og Foucault engasjerte seg i diskursene som handlet om de som faller utenfor, de marginaliserte og de som er brakt til taushet (Foucault, referert av Thomassen, 2006, s.123). Det dreier seg om maktrelasjoner og språklige utskillingsmekanismer som kan utelukke store grupper mennesker og der maktspeilet må avsløres samt at man ser at andre institusjonelle diskurser som har sin uangripelige og ugjennomtrengelige logikk og som får mennesker som møter systemet til å føle en maktesløshet (Foucault, referert av Thomassen, 2006, s.185), og kan jamføres til for eksempel rovdyrforvaltningen. Diskurser kan fungere både frigjørende og undertrykkende. Hvis mennesker bruker egen kunnskap og beskriver egen situasjon som kan vinne fram, kan makten og kontrollen over eget liv gjenvinnes (Foucault, referert av Thomassen, 2006, s.188).

### **2.4.2 Væremåter, holdninger og verdier**

Deltakerne i studien fremhever sine verdier og påpeker andres holdninger. Som mennesker ser vi egne verdier i kraft av ytre påvirkninger og egne karaktertrekk. I henhold til Erikson (2018) har alle mennesker egne grunnverdier, med dypt rotfeste. Det er ting vi lærer av foreldre og andre viktige personer i oppveksten, f.eks. folkeskikk. En annen viktig grunnverdi er at alle mennesker er like mye verdt (Store norske leksikon, 2019). Holdninger er ikke det samme som grunnverdier. Holdninger er noe man har dannet seg en oppfatning om tuftet på egne erfaringer gjennom oppvekst og skolegang og jobb. Senere opplevelser kan også skape holdninger (Erikson, 2018). Det andre ofte ser er menneskers tilpassede oppførsel. Det folk oppfatter er den tolkningen av en situasjon som hver og en gjør og velger adferd ut fra. Ulike faktorer i egne omgivelser får et menneske til bevisst eller ubevisst å velge en bestemt væremåte slik som Erikson beskriver for øvrig fire typer av væremåter i sin litteratur (Erikson, 2018).



*Figur 1. Billedlig oversikt over forholdet mellom grunnverdier, holdninger, basisatferd, tilpasset atferd og omgivelser.*

Verdier er ikke noe konstant og ulike mennesker har ulike verdier og kan tenke på ganske mye forskjellig som er verdifullt og kunnskap og forståelse bør forstås som viktige verdier mener filosof Slåttholm Sagdahl ved Institutt for filosofi ved Norges arktiske universitet (UIT) (Labyrint: kunnskapsmagasin, u.å., [Det viktigste i livet, kap.1]). Verdier handler om å prioritere det som er viktig, det former handlingene våre for at mennesker skal leve det gode liv og utvikle gode samfunn. Hellevik, O. og Hellevik, T. (2016) mener at i Norge er tillit mellom folk og samfunn bygd opp over veldig lang tid. Tillit er en svært viktig verdi fordi den får samfunnet til å fungere med mindre motstand mellom innbyggerne enn det ellers kunne ha gjort (Hellevik, O. & Hellevik, T., 2016). Dag Hareide (2011, s.15-16) skiver at homo sapiens forstår ikke menneskeverdet og lever etter den gylne regel, som betyr «det du selv ikke ønsker for deg, gjør ikke det mot andre», verken instinktivt eller naturlig, han hevder at medmenneskelighet og empati må læres gjennom dannelsen. Humanisme betyr ikke at man tror mennesket er godt i sin natur, men at det har mulighet til å være godt (Hareide, 2011).

## 2.5 Salutogenese og opplevelse av sammenheng (OAS) «Sense of coherence»

Teorien om salutogenese og opplevelse av sammenheng (OAS) relateres til funn i denne studien. Anton Antonovskys teori var opprinnelig ment som en stressteori, stress som en naturlig del av livet. Den salutogene tilnærmingen retter søkelyset mot ressurser for helse og helsefremmende prosesser (Lindstrøm & Eriksson, 2015). Antonovsky fremstilte en ny måte å se slike ressurser på gjennom sitt arbeid i å studere overlevende etter konsentrasjonsleirer, hans studie viste hvordan noen erfarte at traumer ikke svekket helsen deres (Antonovsky, 1996). Fra dette oppsto begrepet opplevelse av sammenheng - OAS, og som ifølge Antonovsky ikke skal betraktes som en mestringsstrategi eller som et personlighetstrekk, men som en livsinnstilling. OAS kan betraktes som en mestringsressurs som gjør mennesker i stand til å velge løsninger for å håndtere ulike utfordringer i livet (Lindstrøm & Eriksson, 2015).

Det å oppleve verden som rimelig forutsigbar og sammenhengende var ifølge Antonovsky det viktigste. Å ha en sense of coherence betyr at det må være tre forhold til stede beskriver Antonovsky og Moksnes (Antonovsky, 1996, s.15; Moksnes, 2017, s.43), og det er:

- begripelighet: at det man utsettes for oppfattes som forståelig, sammenhengende og strukturert (en person med høy begripelighet vil lettere ta seg videre fra en dårlig beskjed(sykdom)).
- håndterbarhet: at man opplever tilgang til ressurser for å kunne håndtere stressende utfordringer (en person ser på hendelser som en utfordring i stedet for en trussel, at man er handlingsdyktig når noe vanskelig skjer).
- meningsfullhet: at man opplever motivasjon og mening med det man fyller livet sitt med (en person føler verdi i å engasjere seg og bruke tid på ens eget liv og andres som kan gi trøst, styrke og bedre mestring).

Disse tre komponentene kan ifølge Antonowsky skåres. En lav skår betyr at mennesker erfarer tilfeldigheter, mangel på mestringsressurser, kaos, manglende støtte og bli stilt utenfor. En høy skår er å erfare klarhet, ha gode mestringsressurser, det er orden og struktur, klarhet og en er deltakende i det som skjer (Antonovsky, 1996; Antonovsky & Sjøbu, 2012).

Ifølge Moksnes (2017) er det å ha en sterk OAS å ha tro på og motivasjon til å finne ressursene i seg selv og omgivelsene og anvende ressursene på en helsefremmende måte. OAS representerer en måte å tenke, være og handle på som menneske. Et eksempel, ifølge Moksnes

(2017), er at en person med svakere OAS vil være mer tilbøyelig til å oppleve forandringer som en trussel, uforståelighet og uforutsigbarhet og dermed føle større hjelpeløshet og meningsløshet gjennom at man føler at man har færre ressurser tilgjengelig for å håndtere situasjonen som har oppstått, en med sterkere OAS er bedre på å benytte seg av indre og ytre mestringsressurser når det oppstår vanskelige livssituasjoner (Moksnes, 2017).

Et annet begrep nært relatert til OAS er de generelle motstandsressursene - GMR (Generalised resistance resources), som vil si biologiske, materielle og psykososiale faktorer som gjør det lettere for mennesker å kunne oppfatte sine liv som strukturerte, forutsigbare og forståelige, og på den måten hindrer at spenning omdannes til stress (Eriksson & Lindstrøm, 2015; Moksnes, 2017). Minst fire av motstandsressursene må være tilgjengelig for å kunne utvikle en sterk OAS: *meningsfylte aktiviteter, eksistensielle tanker, kontakt med indre følelsesliv og sosiale relasjoner*, disse ressursene skal kunne brukes for å fremme helse (Antonovsky & Sjøbu, 2012). Antonovsky beskriver stressfaktorer og generelle motstandsunderskudd som livsopplevelser preget av manglende sammenheng, under- og overbelastning og utestenging fra deltakelse i beslutningstaking. Han nevner tre typer stressfaktorer: kroniske stressfaktorer, vesentlige livsbegivenheter og akutte, daglige irritasjonsmomenter (Antonovsky & Sjøbu, 2012). Det første gjelder en konstant tilstand av tap eller deprivasjon, og en stadig opplevelse av utilstrekkelige ressurser eller rollemuligheter – omstendighetene er kroniske ressurser og stressfaktorer bygget inn i personens livssituasjon av langvarig karakter. Den andre er stressende livsbegivenheter som død i nær familie, skilsmisse og oppsigelse, pensjonering. Det er ikke begivenheten i seg selv med de mange følgene av den (Antonovsky & Sjøbu, 2012). Hvis en person utsettes for vedvarende og utallige daglige irritasjonsmomenter nærmer det seg en kronisk ressurs eller stressfaktor. Antonovsky hevder i henhold til arbeidstakeres «glede og stolthet over arbeidet» at sosial verdsetting er viktigere enn selvrealisering, med verdsetting mener det som kommer til uttrykk gjennom ressurser som - makt, belønning eller prestisje - som samfunnet tildeler den aktuelle gruppen (Antonovsky & Sjøbu, 2012; Moksnes, 2017).

Antonovsky mener at mennesker hele livet utsettes for ulike utfordringer, og at det er en livslang prosess og utvikle OAS og GMR (Moksnes, 2017). Dårlig håndterbarhet kan føre til stress og lavere skåre på opplevelse av sammenheng. For å oppleve en god håndterbarhet er det nært knyttet til begripelighet som betyr at hvis man skal være i stand til å håndtere en vanskelig livssituasjon er man avhengig av å få en oversikt over situasjonen og finne ut av mestringsressurser for å kunne løse opp i det som er utfordrende og vanskelig. Det betyr at i



en livssituasjon som er uavklar og kaotisk kan være vanskeligere å ta riktige beslutninger, og vanskeligere å føle at man vil klare seg fint (Antonovsky & Sjøbu, 2012; Moksnes, 2017). Det å oppleve meningsfullhet er selve drivkraften og styrer de to andre dimensjonene slik at individet kan opprettholde motivasjonen og pågangsmotet selv om ikke alt virker begripelig eller håndterbart for øyeblikket. Tabellen nedenfor viser åtte ulike sammensetninger mellom komponentene i OAS (Antonovsky & Sjøbu, 2012). (Tabellen er noe modifisert).

| Type | Begripelighet | Håndterbarhet | Meningsfullhet | Prediksjon    |
|------|---------------|---------------|----------------|---------------|
| 1    | Høy           | Høy           | Høy            | Stabil        |
| 2    | Lav           | Høy           | Høy            | Sjelden       |
| 3    | Høy           | Lav           | Høy            | Press oppover |
| 4    | Lav           | Lav           | Høy            | Press oppover |
| 5    | Høy           | Høy           | Lav            | Press nedover |
| 6    | Høy           | Lav           | Lav            | Press nedover |
| 7    | Lav           | Høy           | Lav            | Sjelden       |
| 8    | Lav           | Lav           | Lav            | Stabil        |

Tabell 1. Oversikt over komponentene i OAS (Antonovsky & Sjøbu, 2012).

### 2.5.1 OAS og arbeidsliv

I følge (Antonovsky & Sjøbu, 2012; Moksnes, 2017) så vil OAS påvirke hvordan man håndterer jobbrelatert stress og det finnes flere vitenskapelige studier på at en sterk OAS fungerer som en beskyttende buffer for jobbstress og at en sterk OAS henger nært sammen med god psykisk helse og livskvalitet, (Moksnes, 2017, s.50). For helsetjenester som er interessert i salutogen helsefremmende tankegang, finnes det skåringskjemaer som kan benyttes for å få oversikt over arbeidstakers livskvalitet og OAS (Eriksson & Lindstrøm, 2015). Dette er også teori som kan være relevant til funnene i studien.

### 3. METODEVALG

Nedenfor presenteres den forskningsmetodiske tilnærmingen i denne studien. Metodevalget er knyttet til forskningsspørsmålet og det er det sistnevnte som styrer valget av metode. I forskning skal svarene være etterprøvbare av andre. Denne *intersubjektiviteten* er en viktig essens i all forskning, en prosess som skal ses og vurderes av andre forskere, ikke minst med tanke på potensiell overførbarhet til andre områder (Malterud, 2017; Thomassen, 2006).

For å finne svar på min problemstilling har jeg valgt et kvalitativt studiedesign. Jeg kunne også valgt kvantitativ metode eller en blanding av de to – mixed method. Da valget falt på kvalitativ metode ønsket jeg å velge den metoden som ga meg mulighet for å komme nærmere inn på deltakernes livsverden ved å få deres direkteutsagn i en intervjukontekst, ikke bare for å samle deres subjektive beskrivelser men også for å prøve å forstå deres livsverden - Så er kravene til systematikk og refleksivitet i denne sammenheng/ved dette metodevalget minst like store når erfaringer og meningsinnhold skal tolkes (Malterud, 2001, 2017). De kvalitative forskningsmetodene omfatter et bredt spekter av strategier for systematisk innsamling, organisering og fortolkning av tekst fra intervjuer, observasjoner eller annet skriftlig materiale (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016; Kvale & Brinkmann, 2015; Malterud, 2001, 2017).

#### 3.1 Vitenskapsteoretisk forankring

Vitenskapsteoretiske begreper (Malterud, 2017) som *deduktiv* og *induktiv* tilnærming hører henholdsvis til det *positivistiske* og det *fortolkende* paradigme. Ved en deduktiv tilnærming trekkes det slutninger fra det allmenne til det enkeltstående. Ved en induktiv tilnærming er det slutninger fra det enkeltstående til det allmenne som de kvalitative forskningsmetodene bygger på. Ontologi handler om hvordan vi oppfatter virkeligheten, verden vi er i og epistemologi – erkjennelsesteori er filosofi om hvordan ny kunnskap utvikles (Malterud, 2017, Thomassen, 2006; Thurén, 2009).

Fenomenologen Edmund Husserl (1859-1938) og andre etterkommere vektla dette at fenomenologien er opptatt av å forstå sosiale fenomener ut ifra deltakernes egne perspektiver og beskrive verden slik den oppfattes av dem (Kvale & Brinkmann, 2015). En viktig

forutsetning for forståelse er å sette tidligere kunnskap i parentes(bracketing) og få fokuset mot den aktuelle subjektive livsverdenen (Malterud, 2017).

Hans-Georg Gadamer (1900-2002) kjent filosof fra den hermeneutiske erkjennelsestradisjon henviser til læren om tolkning av tekster og meninger i menneskelige uttrykk som grunnlag for forståelse – «Den hermeneutiske spiral». I hermeneutikken vektlegges det at det ikke finnes en sannhet, men at menneskelige uttrykk kan forstås på ulike måter - søken etter å forstå menneskers subjektive perspektiver i nytt lys (Malterud, 2017).

### **3.1.1 Fenomenologisk og hermeneutisk tilnærming**

Det er deltakernes egne erfaringer og opplevelser og deres måte å oppfatte dette på som er forskningsfeltet i denne studien. Mitt perspektiv i denne studien er derfor fenomenologisk hermeneutisk tilnærming. Ved valg av denne tilnærmingen ønsker jeg som forsker å få økt forståelse av og innsikt i folks livsverden (Johannessen, Tufte og Christoffersen, 2016, s.171) I fenomenologiske studier er det vanlig å analysere meningsinnhold, hva deltakeren forteller i et intervju. Datamaterialet fortolkes og forskeren ønsker å forstå den dypere meningen i enkeltpersoners erfaringer (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016, s.171). I følge Johannessen, Tufte & Christoffersen (2016) skal problemstillingen være formulert slik at forskeren forsøker å forstå meningen med erfaringen eller det fenomenet som skal studeres, samt at forskeren skal i en forberedelse til en undersøkelse bygge på tidligere kunnskaper og erfaringer. Forståelsesbrillene må på og det er den tolkningen folk selv gjør som er interessant (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016, s.172).

Ikke så ulikt det som er nevnt ovenfor, er det noen utfordringer som må tas hensyn til i kvalitativ forskning. Malterud (2001) viser til fem faktorer: refleksivitet(reflexivity), forutinntatthet(preconceptions), teoretisk referanseramme (theoretical frame of reference), metaposisjon(metapositions) og overførbarhet(transferability). I det videre betyr det at deltakeren – og forskeren har sin måte å forstå sin virkelighet på for siden å tolke menneskelig mening. I tråd med det Malterud skriver så kan en forsker påvirke datamaterialet med sin forforståelse som betyr at man har gjort sin oppfatning av feltet på forhånd før undersøkelsen/forskningen er ferdig (Malterud, 2017). Noen ganger kan forutinntatthet stemme, andre ganger ikke. Vitenskapelig kunnskap skal være et resultat av systematisk, kritisk refleksjon, til forskjell fra tilfeldige inntrykk eller selvbekreftende påstander (Malterud, 2001, 2017).

Jeg ønsker å se på deltakernes situasjon på en flernyansert måte fremfor å forklare reaksjoner verdinøytralt eller objektivt via ytre årsaksforklaringer (Thomassen, 2006; Malterud, 2017). I forhold til mitt faglige ståsted ser jeg at dette perspektivet sett opp mot eksempelvis menneskelige reaksjoner og bekymringer kan vise seg som en verdifull informasjon og kunnskap for å utvikle bedre tiltak/støtte/hjelp eller forståelse overfor mennesker på jf. Malterud (2017).

Forskerrollen innebærer å være så redelig som mulig overfor deltakernes opplevelser, erfaringer og utsagn, slik at deres beskrivelser kommer frem, det betyr at beskrivelsene de kommer med ikke skal være forurensset av mine fordommer eller forventninger, et prinsipp, som etter beste evne, skal etterstrebes i alle ledd i forskningsprosessen (Malterud, 2017).

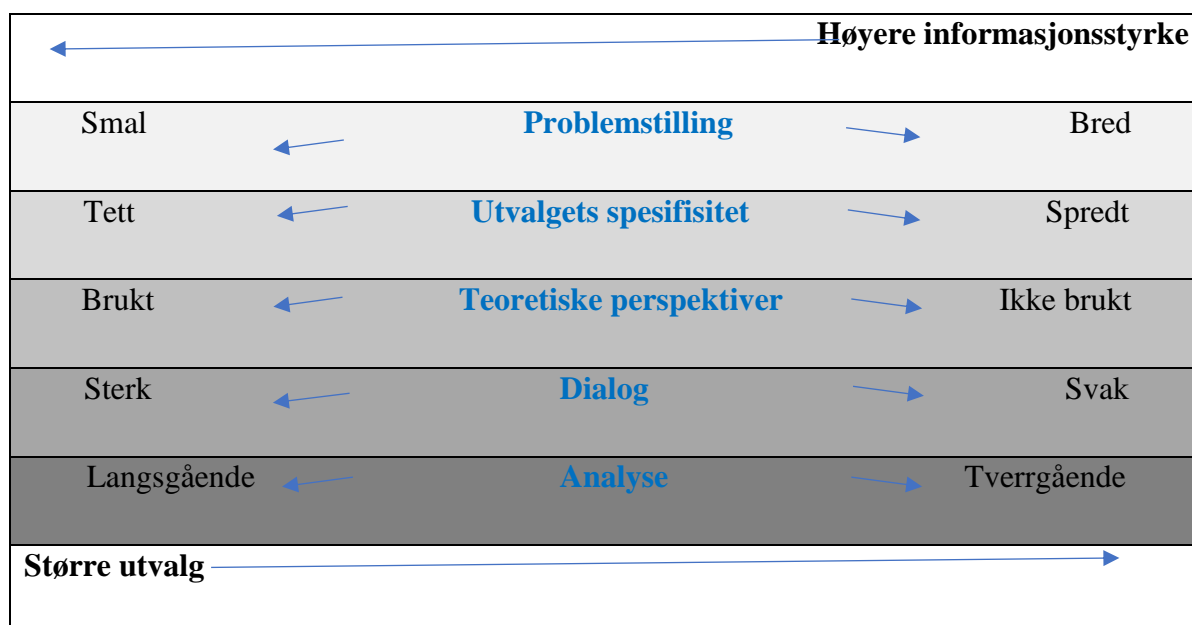
## 3.2 Kvalitativ metode

Den metodiske tilnærmingen går ut på å velge en metode som kan svare på problemstillingen/forskningsspørsmålet, best mulig. Jeg har, som nevnt i innledningen til metodekapitlet, valgt å bruke kvalitativt forskningsintervju jf. Kvale og Brinkmann (2015). Jeg valgte individuelle intervjuer fremfor fokusgruppe-intervju som meget vel kunne vært et alternativ. Siden jeg skulle møte deltakere på ulike steder og ulike kommuner falt det individuelle intervjuet mest naturlig og praktisk med tanke på min studie. Kvalitative tilnærminger passer godt når vi skal utforske dynamiske prosesser som samhandling, utvikling, bevegelse og helhet (Malterud, 2017).

Forskningsfeltet er altså å intervjuer ett utvalg mennesker som har en selvopplevd erfaring knyttet til kontakten med rovdyr, og videre be dem om å beskrive sine erfaringer om hvordan dette oppleves og som potensielt kan påvirke deres livskvalitet og trivsel på en måte som gir dem opplevelse av endret livssituasjon og helse som igjen kan få konsekvenser for “det gode liv”. Induktiv prosess er en åpen og eksplorerende tilnærming der de empiriske tekstdataene fra intervjuene bidrar til å belyse problemstillingen fra et innenfra perspektiv, gjennom fortolkning abstraheres funnene slik at de kan si noe mer allment fremfor enkeltstående (Malterud, 2017). Et prinsipp i en interaktiv prosess er at forskeren kan gå tilbake til materialet flere ganger for å få mest riktig resultatfunn, og prosessen skal kunne følges av andre – slik opprettholdes intersubjektivitetsprinsippet (Malterud, 2017; Thurén, 2009). Forskeren skal arbeide for å styrke overførbarheten av ny kunnskap og vurdere rekkevidden av den (Malterud, 2017).

### 3.3 Strategisk utvalg og rekruttering

Faglitteraturen understreker at et rikt og variert materiale etter at undersøkelsen er gjort har betydning for hva vi kommer fram til og hva vi kan si noe om og hva dette er gyldig for). Malterud (2017) beskriver begrepet «informasjonsstyrke» som følger at det er ikke avhengig av hvor mange deltakere en har tilgang til, men kvaliteten av deres informasjon som er avgjørende. Det ligger en selvfølgelighet i det hele at man finner deltakere som har de egenskapene og kvalifiserer for å gi fra seg informasjon som egner seg for forskningsspørsmålet (Malterud, 2017). Et annet begrep som brukes er «metning», at man har så mange deltakere at man ved å innhente flere ikke oppnår mer utdypende informasjon enn den man allerede har fått (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016; Malterud, 2017). Denne studien har ikke som mål å generalisere den informasjonen eller resultatene som kommer frem. Det vil på en annen side vise frem at fenomenene finnes, erfaringene og opplevelsene som kommer frem av intervjuene eksisterer i denne virkeligheten (Thurén, 2009). Malterud (2017) kaller metning for informasjonsstyrke og med høy informasjonsstyrke kan data fra et lavt antall deltakere – fire til syv – være nok til å gi et rikt materiale, omfanget av materialet kan likevel variere mye, avhengig av hvor lange og hvor mange samtaler som er basis for datainnsamlingen. Ifølge Malterud (2017, s.66) skal utvalgets størrelse kunne belyse problemstillingen, presenteres er rikt resultatavsnitt med troverdige historier som kan gjøre en forskjell utenfor dem selv, har utvalget vært tilfredsstillende uansett N eller metning.



Figur 2. Dimensjoner som påvirker informasjonsstyrken i et utvalg med kvalitative data (Malterud, 2017).

### 3.3.1 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

I prosjektbeskrivelsen hadde jeg allerede antydnet at jeg skulle informere 8-12 stykker som faglitteraturen blant annet anbefalte (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg skulle ha deltakere fra begge kjønn i variabel alder. Jeg startet med å tenke igjennom hvilke personer som eventuelt kunne vite om noen som hadde opplevd kontakt med rovdyr eller rovdyrangrep på husdyr. Jeg tenkte at det ikke ville være noen ulempe for studien å intervjuere deltakere fra både egen men også andre kommuner. Siden dette kunne vise eller beskrive flere nyanser rundt de samme fenomenene (Malterud, 2017). Jeg startet med egen kommune først og fikk noen tips fra både menn og kvinner om flere jeg kunne ringe til. En liste med navn i tilfeldig rekkefølge ble laget og jeg valgte å starte øverst på lista og begynte å ringe rundt til deltakerne og fikk positive tilbakemeldinger så å si med en gang. Dette blir ett *ikke* tilfeldig utvalg, men i henhold til kvalitativ metode med fenomenologisk fremgangsmåte kan det gjøres slik (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016). I de andre kommunene kontaktet jeg personer som kanskje hadde kjennskap til noen i målgruppa. På et tidlig tidspunkt hadde jeg fått ja fra to kvinner og fem menn, fire i aldersgruppen 40-49 år, to i 60-årene og en i 50-årene. Jeg kunne uten problemer funnet flere, men valgte å starte opp med sju deltakere som var spredt på fire kommuner på Østlandet. Deltakerne hadde vært i kontakt med rovdyr på en eller annen måte og flere av deltakerne hadde mistet husdyr og hobbydyr på grunn av rovdyr.

I min første prosjektbeskrivelse antydnet jeg at jeg også skulle intervjuere deltakere som hadde en «ikke negativ» opplevelse til rovdyr, men valgte å gå bort i fra dem siden jeg ønsket å ha fokus på erfaringer og opplevelser knyttet til nærkontakt med rovdyr og rovdyrangrep på husdyr som har ført til antatte endringer i folks levemåte/livsførsel, helse og livskvalitet, og som jeg mente ikke hadde relevans for de andre som antatt kjenner opplevelse av rovdyr på en annen måte. De som ble intervjuet har vært i nærkontakt med rovdyr på flere måter og gjennom flere år, enten direkte eller indirekte knyttet til egen familie, seg selv eller eget foretak. Jeg vurderte lenge å ta et intervju til med en åttende deltaker, en kvinne og helst i 20-30 årene men av pragmatiske grunner er ikke det gjort. Før jeg reiste ut til deltakerne var både dato sted og klokkeslett for intervju med lydopptak avklart, dessuten hadde jeg allerede introdusert forskningstema og prinsippene for det å delta i den første telefonsamtalen med deltakerne. Informasjonsskriv med samtykkeerklæring var ferdigstilt og godkjent i god tid, og før selve intervjuet hadde jeg en kort gjennomgang av disse skjemaene med deltakeren før oppstart, altså ingen intervju uten underskrift og samtykke jf. retningslinjer.

Noen minutter etterpå/senere startet jeg intervjuet. Jeg hadde med meg lydopptaker noe deltakerne hadde fått informasjon på forhånd. Funksjoner og innstillinger på lydopptakeren hadde jeg gjort meg godt kjent med før intervjuene slik at alt skulle fungere og være i orden. Det er alltid spennende med nye situasjoner men jeg hadde bestemt meg på forhånd at dette skulle være en god og interessant forskningsreise, nervøsiteten skulle legges igjen hjemme.

### 3.4 Kvalitativt forskningsintervju

Jeg valgte en semistrukturert intervju-form ved hjelp av en intervju-guide. Teoretisk rammeverk til laging av intervjuguide og inspirasjon og tips til intervjugjennomføring benyttet jeg faglitteratur fra Kvale og Brinkmann (2015, kap.7 s.156-171). Viser også til Johannessen, Tufte og Christoffersen (2016, s.149) om inspirasjon og råd til utforming av intervjuguide – strukturert intervju som tilpasses tema/problemstillingen min. Denne teorien hjalp meg til å være mer forberedt til selve intervjuoppgaven.

Ikke lenger etter at prosjektbeskrivelsen ble godkjent begynte jeg på intervjuguiden. Jeg fikk hjelp av veilederen min til å se igjennom den for å forebygge mest mulig av såkalte egne «blind spots». Når jeg skal ha svar på det jeg lurar på i problemstillingen min, må spørsmålene være så godt gjennomarbeidet som mulig så at den undersøkelsesmetoden jeg velger kan gi meg svaret på det jeg lurar på. Jeg laget en intervjuguide som ble retningsgivende for eventuelle underspørsmål underveis, i motsetning til strukturert intervju-form vil et semi-strukturert gi en større fleksibilitet under selve intervjuet og som muliggjør en utdyping av svarene (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016; Kvale & Brinkmann, 2015).

Kvale og Brinkmann (2015, s.134-155), frembringer at det er potensielle emosjonelle utfordringer ved en intervjureise, så jo bedre jeg har forberedt intervjuene med tanke på mitt utvalg av deltakere desto høyere kvalitet får datamaterialet som kommer i intervjuet og som igjen skal lette etterbehandlingen av intervjuene. De beskriver syv faser i en intervjuundersøkelse, og de skriver blant annet at når forskningsspørsmålet berører menneskelige erfaring (bred fenomenologisk tilnærming) og kan formuleres ved hjelp av ordet *hvordan*, er det relevant å foreta kvalitative intervjuer (Kvale & Brinkmann, 2015, s.135).

Det er viktig med en begrepsmessig og teoretisk forståelse av de fenomenene som skal undersøkes, for å skape grunnlag for tilføyelse og integrasjon av ny kunnskap. Det er nødvendig å ha kjennskap til det undersøkte temaet for å kunne stille relevante spørsmål jf.

Kvale og Brinkmann (2015, s.141). Jeg har på forhånd undersøkt variert men relevant litteratur på forskningsfeltet, men etter at empirien er samlet er det fortsatt behov for å undersøke om ny litteratur skal understøtte funnene (Malterud, 2017).

Kvale og Brinkmann (2015, s.148) tilrår at antall intervjuer kan ligge på 15 til +/-10, gjeldende mulige ressurser samt at et økt antall respondenter vil utover et visst punkt tilføre stadig mindre ny kunnskap. Jeg kontaktet veilederen min etter at de 2-3 første intervjuene var gjennomført slik Malterud anbefaler (2017). Jeg informerte han om hvordan det hadde gått og han ga videre råd for hva jeg skulle legge merke til, notere fakta eller andre forhold som oppstår under intervjuet jf. det som står nevnt nedenfor.

Som forsker skal jeg samle inn data fra individer som har/kan ha erfaringer med fenomenet som studeres (Johannesen, Tufte & Christoffersen, 2016, s.172). Datainnsamling ut fra et strategisk utvalg gir muligheten til å oppnå et rikt og særegent datamateriale samtidig som man har mulighet til å se mønstre på tvers av utvalget noe som styrker påliteligheten med tanke på resultatfunnene (Malterud, 2017; Patton, 2002).

Under datainnsamlingen må jeg også forsøke å forstå mitt eget tolkningsmønster. Hvorfor forstår jeg dette på denne måten jeg gjør. Jeg skal altså avklare min forforståelse og tolkning, fordi det er vesentlig for å kunne forstå andre. Problemstillingen utfordrer selvfølgelig forskerrollen min, og jeg skal opptre så "nøytralt" som mulig i intervju-sammenheng for ikke å påvirke svarene (Johannesen, Tufte & Christoffersen, 2016; Kvale & Brinkmann, 2015). I henhold til Aase og Fossåskaret (2014, s.107)) kan ikke omgivelser og intervjuer gjøres så nøytralt at forskningseffekten blir borte, både kjønn og andre egenskaper har forskningseffekt ut fra hvilken mening forsker og deltakere legger i det. Samme spørsmål gir forskjellig mening ut fra deltakeres personlige, klasse og kulturbestemte forutsetninger for å oppfatte og tolke spørsmålet (Aase & Fossåskaret, 2014).

### 3.5 Gjennomføring av intervjuene

Før jeg reiste ut på intervju-runden i egen og de tre andre kommunene, gjennomførte jeg et prøve-intervju. Tilbakemeldingen jeg fikk fra prøvekandidaten var at han syntes det var en god overgang imellom spørsmålene. Dette intervjuet varte ca. 35-40 minutt, og jeg regnet med at på intervju-rundene ute ville jeg komme oppi en times varighet på intervju-seansen hvilket viste seg å stemme ganske bra for de fleste intervjuene.



Deltakerne hadde litt forskjellig utgangspunkt i sitt forhold til rovdyr. Altså ikke alle hadde husdyr på daværende tidspunkt. Uavhengig av det var det aktuelt å spørre om nærkontakt med rovdyr siden «frykt» er et tema knyttet til rovdyr. Andre temaer som jeg ønsket belyst var erfaringer og opplevelser knyttet til dette med rovdyrangrep på husdyr, tanker de hadde om egen helse og livskvalitet knyttet til tema samt støtte fra samfunnet rundt dem. Jeg la vekt på å bruke spørrepronomen *hva* og *hvordan* (Kvale & Brinkmann, 2015) da det stimulerer deltakerne til å fortelle historiene sine fra et ikke-vurderende spørsmålspronomen som *hvorfor* kan være. I henhold til Holstein og Gubrium (2006) sin erfaring med kvalitative intervjuer mener de at konseptet med det aktive intervjuet kaster intervju bias i et nytt lys. Videre sier de at alle deltakere i et intervju er involvert i konstruksjonen av fortellende virkelighet: «they are involved in narrative production, not contamination .... the guiding question should .... be how the interview data .... are products of narrative practice» (Holstein & Gubrium, 2006, s.78). Dataanalysen krever at man må dokumentere hvordan omstendighetene rundt inngår i prosessen med å komponere intervjufortellinger. «Practice of It's production» er like viktig som hva som er produsert i konteksten, altså *hvordan er samarbeidet* [min utheving] så vel som hva som kom frem som mening, er det for eksempel brytninger mellom aktørene i intervjuet (Holstein & Gubrium, 2006, s.78). Järvinen (2005) sier «et interview er ikke en «tapning» af interviewpersonens subjektive erfaring og mening, men et socialt møte, hvor erfaring bliver fortolket og mening bliver skabt» (s.29).

Ifølge faglitteraturen bør man helst ha noen åpningsspørsmål (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016; Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017). Jeg spurte etter alder, bosted, hvem de bodde sammen med og hvor lenge de hadde bodd der, hvor lenge de hadde drevet i yrket sitt. I det videre gikk jeg over til å stille hovedspørsmålene. Etter test-intervjuet fant jeg ut at jeg ønsket å være tydeligere på å spørre om «hva følte du», «hva tenkte du» og «hva gjorde du». Før jeg startet og før jeg satte på lydopptakeren, gjennomgikk jeg problemstillingen på ny selv om den for øvrig sto i informasjonsskrivet som de undertegnet noen minutter før intervjuet. Jeg informerte også om at hvis noe opplevdes som ubehagelig eller andre grunner der lydopptakeren måtte slås av så var det bare å si ifra. Dette i respekt for deltakernes autonomi i situasjonen. Det er viktig å vise deltakeren at du er interessert i historiene, og følge opp med oppfølgingsspørsmål som oppmuntrer til refleksjon (Kvale & Brinkmann, 2015; Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016; Thagaard, 2018) Samtidig følger du med på den non-verbale kommunikasjonen, følelser og reaksjoner/fakter som kommer frem underveis, dette kunne være gråt, latter, frustrasjon, sarkasme. Det ble noen

ganger jeg valgte å slå av lydopptaker på grunn av følelsesmessige reaksjoner som kom, en bekreftelse fra meg at jeg kunne forstå at spørsmålet eller temaet kunne være tøft.

Jeg opplevde også at deltakerne kunne være ulike med tanke på ordrikhet i sine fortellinger. Det hadde ikke med fortellerglede å gjøre, men mener at de kan være ulike i å frembringe budskapene sine. Noen ganger måtte jeg bringe noen av deltakerne inn på neste tema for å vie nok tid til å besvare de siste spørsmålene jeg hadde. Jeg informerte dem at jeg hadde avslutningsspørsmål der de kunne komme med supplerende kommentarer til tidligere stilte spørsmål eller komme med noe de følte var usagt (Kvale & Brinkmann, 2015; Johannesen, Tufte & Christoffersen, 2016; Malterud, 2017). Ingen deltakere trengte annen oppfølging etter intervjuet, for det kan alltså komme følelsesmessige reaksjoner som forskeren skal se til at blir ivaretatt enten av seg selv eller andre jf. kap. 3.11. om forskningsetiske forholdsregler.

### 3.6 Dokumentering

Som tidligere nevnt valgte jeg å bruke lydopptak fremfor videopptak. Videopptak krever mer forberedelser, og kan benyttes for å styrke tolkningen av data fra spesielle non-verbale fenomener (Malterud, 2017). Ulempen med lydopptak er at du ikke får «tatt opp» ansiktsmimikk, eller non-verbal kommunikasjon eller andre faktorer. (Kvale & Brinkmann, 2015) Det kunne jeg kun notere meg under eller rett etter intervjuene. I hovedsak gjorde jeg notater fra intervjusituasjonen rett etter intervjuet. Hvert intervju gir ny lærdom til neste og i henhold til Thagaard (2018) er notatene fra intervjusituasjonen av analytisk formål og gir verdifulle innspill til tolkningen av resultatene. Ivaretagelse av lydopptakene ble fulgt etter nødvendige kriterier beskrevet av blant annet av NSD (Norsk senter for forskningsdata [NSD]), det skulle nedlås og oppbevares på kryptert minneminne (Malterud, 2017; Tjora 2017).

### 3.7 Transkribering

Som forskere klarer vi ikke å gjenspeile den totale virkeligheten, og det gjelder også for prosessen med transkribering jf. Malterud (2017). Når det kommer til rådata så er målet med denne skriftliggjøringen å få fram det som deltakerne virkelig mener å si (Malterud, 2017).

Det er i faglitteraturen litt ulike utsagn om transkribering og hva det er og hvordan det bør gjøres på bakgrunn av best ivaretagelse av meningsinnhold, ivareta validitet og reliabilitet og ikke minst etiske forhold og konfidensialitet (Kvale & Brinkmann, 2015; Malterud, 2017).

Transkriberingsprosessen er omfattende og tidsmessig krevende, men samtidig får jeg som forsker muligheten til å gå gjennom lydopptakene flere ganger. Man regner med at et intervju krever fem timer med transkriberingstid, det har nok jeg minst brukt (Kvale & Brinkmann, 2015). I tidsbruk er jeg nok nærmere 50 enn 35 timer på sju intervjuer. Jeg fikk anbefalt av lærerne på en studiesamling denne høsten å lage brede marger, bruke linjeavstand to, og jeg har sett eksempler i fagbøker at deltakernes svar tekst blir uthevet. Dette letter etterarbeid med trinnene i tekstkondenseringen og analysen (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg opplevde noen ganger at det var vanskelig å høre hva som ble sagt, men å senke avspillingstempoet eller faktisk motsatt også - på opptaket under transkribering - var løsningen på å få med alt så riktig som mulig, forskerens egen deltakelse i denne prosessen fremmer validiteten ifølge Malterud (2017). Man kan sende materialet tilbake til deltakeren for å få den til å se over om det er oppfattet riktig. Jeg følte at det trengte jeg ikke. Til sammen ble det 221 (med linjeavstand 2) transkriberte sider, antall timer har jeg ikke telt, men det ble mange, men det var viktig for meg og verdt det.

### 3.8 Om datareduksjon

Man trenger ikke å analysere alt materiale man har samlet inn, men det har likevel sine forholdsregler. I henhold til Malterud (2017) representerer kvalitative data store mengder informasjon, og *rådata* er et utgangspunkt for analyse, derfra velges ut tekstelementer med potensiell kunnskapskraft. Malterud (2017) sier at denne prosessen er en forlengelse av utvalgsstrategien og innebærer filtrering ved at betydelige deler av det opprinnelige materialet legges til side. Alle former for data er mer eller mindre vellykkete gjengivelser av det som hendte, filtrert og redusert gjennom de valg som datainnsamlingen innebærer (Malterud, 2017). Velvalgte avgrensninger er alltid nødvendig. I henholdt til Malterud (2017) innebærer analyse og koding av kvalitative datamateriale en systematisk *dekontekstualisering* – løfte ut deler av stoffet og se nærmere på elementer av materialet opp mot teori som sier noe om det samme og *rekontekstualisering* vil si å sikre at svarene vi har lest ut av dekontekstualisert materiale fortsatt har forsvarlig referanse til sammenhengen de kommer fra – de totale

transkriberte materialet, dette er måten man skal validere de fortolkete delasppekter opp mot helheten sier Malterud (2017, s.104).

### 3.9 Analyse - Koding

Det deltakeren forteller i et intervju er et datamateriale som innen fenomenologisk metode skal analyseres. Det er meningsinnholdet som skal analysers. Det betyr at i denne undersøkelsen skal jeg fortolke materialet med ønske om å forstå en dypere mening av enkeltpersoners erfaringer slik også Johannessen, Tufte og Christoffersen anbefaler(2016, s.173) og som viser til Malterud sine fire hovedfaser av analyse av *meningsinnhold*. Det er altså Malterud sin analyse modell som jeg har benyttet og modellen får en utvidet presentasjon i kapittelet nedenfor(Malterud, 2017).

### 3.10 Systematisk tekstkondensering (STC)

Systematisk tekstkondensering (STC) er en analysemodell laget/utviklet av Kirsti Malterud og som er inspirert av Amadeo Giorgi sin fenomenologi, men er ikke en fenomenologisk analysemetode slik at forskeren trenger filosofisk kompetanse ut over vitenskapsteoretisk basiskunnskap som forutsettes for en kvalitativ undersøkelsesmetode (Malterud, 2017). Kvalitativ analyse innebærer at det kan finnes flere gyldige alternative tolkninger samtidig. Problemstillingen og de teoretiske perspektivene gir støtte for hvilke tolkninger som gir mest relevante funn. Derfor er dette ikke en lineær/langsgående analyseprosess, men en prosess som er tverrgående/ iterativ og induktiv (Malterud, 2017, s.114).

**De fire trinnene i Malterud (2017) sin systematiske analysemodell er:**

1. trinn - Helhetsinntrykk – fra villniss til temaer
2. trinn - Meningsbærende enheter – fra temaer til koder
3. trinn - Kondensering – fra kode til mening
4. trinn - Sammenfatning – fra kondensering til beskrivelser og begreper

I første fase i Malterud sin systematiske tekstkondensering handler om å sette sin egen forforståelse og teoretiske referanseramme til side. Jeg skal legge til side det jeg tror jeg har hørt om rovdryrfrykt, historier som er nevnt via media osv. ... ting jeg selv har opplevd ... og

hørt om. Innledningsvis konsentrer jeg meg om noen få temaer og kodegrupper. Problemstillingen skal på dette trinnet ikke glemmes jf. Malterud (2017).

På det første trinnet skal jeg ha et fugleperspektiv – få en oversikt over materialet mitt. Malterud sier i sin fagbok at man kan finne frem til fem til åtte foreløpige temaer/kodegrupper (Malterud, 2017). I henhold til den første fasen møtte jeg veilederne mine for å bli enige om foreløpige temaer. Det å arbeide med tekstmaterialet er veldig tidkrevende, det skal letes møysommelig etter tekstbiter som har betydning for å belyse forskningsspørsmålet, det vil i praksis bety at linje for linje i det transkriberte materialet gjennomgås. Å systematisere meningsbærende enheter kalles koding(Malterud, 2017).

I trinn to kom veilederne mine og jeg frem til fem hovedtemaer/hovedkategorier som jeg skulle jobbe videre med og vi drøftet forslag til fordeling av meningsbærende enheter som etter hvert ble de fire kodegruppene. Når jeg sier fire kodegrupper var fordi jeg på et senere tidspunkt tok en beslutning om å smelte sammen to kodegrupper fordi mye av tekstmaterialet hadde sammenfallende innhold. STC som metode er opptatt av subjektivitetens kontekst og gir rom for flere relevante nyanser av det fenomenet det forskes på, derfor kan enkelte tekstbiter også være relevant for andre subgrupper og hovedkategorier (Malterud, 2017). Jeg jobbet videre med å lage en tabell med meningsbærende enheter fordelt etter fire fargekoder. To uker senere ble tabellen (som underveis er brukt som et større arbeidsdokument i analysen[se vedlegg 4]) et grunnlag for neste møte med veilederne der vi ble enige om hva som kunne anses som mulige subgrupper under hver enkelt hovedkategori og derfra jobbe videre mot trinn tre med tekstkondenseringen og abstrahere meningsinnhold i subgruppene. Det ble på dette tidspunktet også diskutert ny relevant litteratur knyttet til det som begynte å vise seg i det empiriske materialet.

I trinn tre lager jeg en abstrahert tekst av forrige trinns tekstfiltrering, det vil si at på dette trinnet lages et kondensat eller et kunstig sitat som Malterud også kaller det(Malterud, 2017). kondensat er en frisk tekst som bygges opp av elementer fra samtlige meningsbærende enheter i subgruppen. Jeg-formen brukes for det skal representere hver av deltakerne omtrent slik de sa under intervjuet, det skal være så tekstnært som mulig (Malterud, 2017). Kondensatet skal utgjøre en sum av deltakernes stemmer om det fenomenet som akkurat denne subgruppen forteller om. Videre er det et arbeidsnotat som skal brukes videre i resultatpresentasjonen i analyseprosessens fjerde trinn. Se eksempel på abstrahert tekst i tabellen nedenfor.

| Tekstbiter   | Kondensat/kunstig sitat   | Subgrupper/undertema av<br>Hovedkategori 1/en |
|--|---|---|
| <p>«Redd for ungene og særlig den minste på 9 år, jeg er redd for reaksjonene hvis han skulle møte en ulveflokk alene». «Vil ikke la barna gå tur alene». «Aldri vært redd for ulv». «Jeg skrek og skrek og skrek, men det hjalp lite så den følelsen at ulven ikke er redd meg er ikke en god følelse». «Jeg har vært mye lei meg». «Jeg har hatt mange mareritt etterpå». «Jeg driver med dyr for at jeg er glad i dyr». «Det er ikke noe trivelig å se dyra blitt tatt sånn».</p> <p>«Glad i dyra mine – psykisk belastende å finne dyra drept». «Frykter mengden ulv». «Sint og frustrert».</p> <p>«Lenge siden jeg har sett rovdyr – men når det skjer er det en kolossal stressopplevelse». «Psykisk belastende hele situasjonen». «Å avlive egne skambitte lam er tøft». «Ulven er ikke farlig hvis den forsvinner, hvis den blir er det utrivelig». «Kan ikke la meg skremme av rovdyr». «Er ikke redd for å gå i skogen – men har hørt ulvehyl rundt meg». «Du blir rett og slett sint». «Stor belastning». «Det er det psykiske å se dyra som du har hatt i flere år ligge der som halvdøde».</p> <p>«Lenge siden jeg har sett rovdyr, men når det skjer er det en kolossal stressopplevelse for meg så det er psykisk belastende hele situasjonen.»</p> | <p>Jeg er redd for 9-åringen min og særlig for hvordan han vil kunne reagere i møte med rovdyr/ulveflokken alene. Etter ulveangrepet (på hobbydyr), har jeg hatt mange mareritt etterpå og jeg har vært mye lei meg. Jeg skrek og skrek og skrek, så den følelsen at ulven ikke er redd meg er ikke en god følelse. Når vi snakker om det blir jeg på gråten for det er ikke noe trivelig å se dyra bli tatt sånn. Det er psykisk belastende.</p> | <p>Psykisk stressbelastende</p>               |
| <p>«Jeg ble ikke sykemeldt men har strevd med å sove etter ulveangrepet.». «Rovdyrskader gir</p>   | <p>Jeg har strevd med å sove etter hendelsen med</p>  | <p>Psykosomatisk belastende</p>               |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><i>lange arbeidsdager, jeg får tankekjør på kveldene». «Jeg får vondt i magen når jeg nærmer meg skogsterreng».</i></p> <p><i>«Jeg blir ikke sykemeldt – men jeg blir forbannet – rett og slett irritert.» «Jeg er ikke sykemeldt men har strevd med å sove». «Jeg opplever mer bekymring og engstelse fordi jeg er glad i dyra, og det er psykisk belastning å finne dyra drept».</i></p> | <p>ulveangrepet. Jeg får tankekjør om kveldene. Jeg får vondt i magen hver gang jeg nærmer meg skogsterreng. Jeg blir ikke sykemeldt – men jeg blir mye forbannet.</p>   |   |
| <p><i>«Vender seg til det- å miste noe – men det er en tapsopplevelse.» «Vi føler oss maktesløse». «Jeg vil ikke oppleve denne husdyrtragedien en sommer til». «Det føles som et stort nederlag å skulle legge ned gårdsdrifta, ikke minst på grunn av alt arbeidet som er lagt ned på gården». «Jeg synes det har utviklet seg til en håpløshet, en meningsløshet».</i></p>                  | <p>En vender seg til å miste noe, men det er en tapsopplevelse. Jeg vil ikke oppleve denne husdyrtragedien en sommer til. Det føles som et stort nederlag å skulle legge ned gårdsdrifta. Det føles håpløst og meningsløst</p> | <p><b>Taps- og nederlagsfølelse</b></p> |

Tabell 2. Et eksempel på analysetrinn 2 og 3 i Hovedkategori 1/en. Leses fra venstre mot høyre.

I trinn fire – syntesetrinnet - skal funnene sammenfattes, her skal resultatene av fortolkede synteser frem og eventuelt nye begreper forklares. Teksten skal sys sammen igjen for å se om det nye som viser seg gjengir lojalt det deltakerne svarte på i intervjuene (Malterud, 2017). I det siste trinnet går jeg tilbake til råmaterialet og ser om det jeg fant som funn stemmer med deltakernes kontekst, det betyr at funnene skal valideres – se om den analytiske teksten og navn på resultatkategoriene stemmer opp mot det empiriske materialet. Kondensatet forteller og gjengir det som befinner seg i subgruppen med deltakernes ord og begreper fra de meningsbærende tekstbitene. Disse kondensatene brukes til å lage analytisk tekst for hver av subgruppe og kodegruppe som gjennom et gullsitat får illustrert det som viser seg som hovedfunn ut fra min/forskerens rolle og faglig ståsted som fortolker (Malterud, 2017).

Gullsitat er kun en utdyping av teksten, de beviser ikke at funnene stemmer. Den analytiske teksten utgjør et utvalgt og relevant aspekt av ett av hovedfunnene der det formidles fellestrekk med variasjoner fra deltakernes utsagn som er sammenfattet/abstrahert i analyse og syntese. Det er den analytiske teksten som representerer de nye beskrivelsene som jeg som forsker har kommet frem til (Malterud, 2017).

Resultatfunnene blir presentert i kap.4. I diskusjons-kapittelet(kap.5.) drøftes det som representerer funnene opp mot forskning og teori som er valgt med tanke på relevans til problemstillingen. Skal bruke det empiriske materialet til å tilføre nye beskrivelser av det området som vi delvis har litt kjennskap til fra før, og kaste nytt lys på vanlige problemer ved å gi nyanserte beskrivelser og hverdagsnære begreper som et resultat av analysen (Malterud, 2017?).

### 3.11 Forskningsetiske overveielser

Forskerrollen innebærer at man har et særskilt ansvar for at etiske retningslinjer for god forskning er fulgt. Forskeren forplikter seg til å følge juridiske retningslinjer og etiske prinsipper før, under og etter et forskningsarbeid. I denne studien er de forskningsetiske retningslinjene blitt fulgt opp, det betyr at deltakernes personvern og informasjonssikkerhet er hensyntatt (Forskningsetiske komitéene, 2014; Helseforskningsloven, 2008). Prosjektet med problemstilling og intervjuguide og informasjonsskriv ble meldt/sendt til Norsk senter for forskningsdata (NSD). Meldeskjemaet ligger på NSD sin hjemmeside (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2016, s.85). NSD godkjente prosjektet. Det har ikke vært nødvendig å sende inn endringsskjema som er et krav hvis det blir markante endringer i prosjektet.

Før intervjuet starter skal det innhentes informert samtykke av intervjupersonen/deltakeren. Deltakeren trenger også litt informasjon på forhånd, kan vurderes hvor mye, men personvern, anonymitet og konfidensialitet skal alltid avklares. Et samtykke kan når som helst trekkes tilbake. Det må også vurderes hva offentliggjøring kan bety for deltakerne og forskeren må selv være obs på egen overidentifisering for ikke å miste det kritiske perspektivet (Kvale & Brinkmann, 2015, s.103).

I denne studien ble deltakerne gitt nødvendig informasjon om prosjektet og deres deltakelse. Informasjonsskrivet som også inneholder samtykkeerklæring skal gjennomgå og bekreftet forstått av deltakeren og det hele bekreftes med deltakerens underskrift til slutt. Alt av



lydopptak (lagt inn på kryptert minnepinne), annen sensitiv informasjon og materialet med personlige opplysninger skal ivaretas forsvarlig, det betyr nedlåst, slette lydfiler etter at de er ferdig nedtegnet (Malterud, 2017; Tjora, 2017, s.82). Alt av lydopptak og annen sensitiv informasjon har blitt låst ned og datamaterialet makuleres når studien er avsluttet, i tråd med innholdet i NSD sitt godkjenningsskriv (som ble oversendt i september 2018 til meg samt min veileder som hovedansvarlig for denne studien/prosjektet).

Materialet behandles slik at det ikke kan pekes tilbake på eller avsløre deltakeren. Thagaard (2018) presiserer at man som forsker har ansvar i forhold til de funn man får på den ene siden og på den andre siden skal det tas hensyn til at teksten ikke må forandres så dataene mister sin pålitelighet men samtidig sikre at deltakerne skal anonymiseres. Jeg har redigert og justert noe i teksten, men kan ikke se at det skal ha hatt noen innvirkning på meningsinnholdet (Thagaard, 2018).

De fleste intervjuene foregikk i deltakernes hjem. Et viktig aspekt er selve konteksten intervjuet foregår i, det var deres hjem og det gjør at man vil trø varsomt. Å utvise ydmykhet hvis det skulle vise seg at noen ville trekke seg eller måtte ta pauser. En vet ikke alltid på forhånd hvordan deltakerne kan reagere på spørsmålene slik at det er en etisk problemstilling knyttet til reaksjoner som kan komme under et intervju (Thagaard, 2018). Jeg sa fra på forhånd at lydopptaket kunne stanses hvis behov, det skjedde tre ganger. Det ble ikke aktuelt for deltakerne med annen oppfølging eller støttesamtaler med undertegnede i ettertid. Psykiske etterreaksjoner er en del av forskerens ansvar å følge opp hvis det skulle bli nødvendig (Kvale & Brinkmann, 2015). Flere av deltakerne har for øvrig uttrykt at det var fint å få delta på intervju - at de fikk «snakket om» situasjonen og opplevelsene sine rundt rovdyrskader og rovdyrfrykt siden det er et tema som både opptar og berører dem. Et annet viktig forskningsetisk prinsipp, er å respektere andres forskere sin forskning.

### 3.12 Metodediskusjon

Malterud (2017) skriver i sin fagbok at studiens styrker og svakheter skal vurderes i metode diskusjonen, og som gjerne bør komme før resultatdiskusjonen. Kriterier som studien skal vurderes opp mot er intern og ekstern validitet eller opp mot momentene: pålitelighet, holdbarhet, troverdighet, overførbarhet (Korstjens & Moser, 2018; Malterud, 2001).

Når det gjelder litteratursøk og litteratur, kan det være forskningslitteratur og artikler jeg ikke har fått med(eller ubevisst oversett), men underveis i forskningsprosessen har jeg søkt hjelp hos universitets-bibliotekar ved HINN , campus Elverum, som har gitt tilbakemelding på at mine litteratursøk har vært grundige nok for oppgavens forskningsspørsmål. Så i det videre ser det ut som at det er lite kvalitativ forskning og dybdeintervjuer på helt tilsvarende tema som mitt. Jeg tenker nettopp at kvalitativ metode med dybdeintervjuer vil gi forskningsresultatene et mer nyansert bilde som kan være betydningsfull kunnskap for å forstå konteksten til deltakernes og andre mennesker studien kan være relevant for. Det er derimot gjort mer forskningsarbeid knyttet til menneskers *holdninger* til rovdyr, rapporter om rovdyrhelse og rovdyrstatus. Jeg har gjort et utvalg på forskningslitteratur og teori som jeg mener er relevant til funn i denne studien, jeg har også spurt veilederen min om innspill til å finne relevant teori.

Fikk godkjent prosjektbeskrivelsen av NSD(i September 2018), og det ble gjort mange forberedelser til kvalitativt forskningsintervju(slik det blant annet er gjort rede for i kap.3.5). Troverdighet knyttet til kvalitativ forskning vil si om forskningen er blitt gjort på en pålitelig måte. Gode foreberedelser som prøveintervju øker tryggheten for den resterende gjennomføringen som gjør at jeg som forskningsaktør føler meg mer forberedt til å gå ut i forskningsfeltet, det gjorde at gjennomføringen av intervjuene foregikk i ro fra min side og som jeg mener skapte tillit til meg som en besøkende forsker i deres hjem(Korstjens & Moser, 2018). I situasjonen, lydopptakene og transkriberingen beskriver ulike humørstemninger og ordvalg som utspiller seg fra det de forteller, under intervjuet er jeg selvfølgelig prisgitt at deltakernes fortellinger er gjengitt så nært opp til hvordan og når hendelsesforløpet var(Korstjens & Moser, 2018). Jeg gjennomførte alle intervjuene selv samt at jeg brukte god tid. En mulig styrke ved undersøkelsen er at jeg fikk gjennomført alle intervjuene i samme tidsperiode/tidssetting, dette med tanke på hvordan rovdyrtemaet ble omtalt i media på det tidspunktet, intervjusvar kan preges og formes også ut fra sin historiske tidssetting(Korstjens & Moser, 2018). Når intervjuguiden skulle lages søkte jeg råd hos min veileder som ga tips til justeringer før den ble godkjent for bruk i forskningsfeltet. Den kvalitative metodebruken kan ha sine utfordringer med hensyn til datainnsamling og om fortolkningen av tekstmaterialet, representerer virkeligheten godt nok. Bruk av kvalitativ metode krever struktur og systematikk, men det skal kunne brukes en logisk kreativitet, slik at de kvalitative dataene ikke fremstår som blodfattige utsagn(Malterud, 2017). Min posisjon som forsker kan være preget av uerfarenhet, men jeg synes jeg har funnet god faglig støtte i både faglitteratur,

---

høyskolelærere og veileder, ikke minst i anbefalingen av å bruke metodelogg, ved fortløpende beskrivelser om hva som er gjort, og som gir bedre oversikt over arbeidsprosessen over tid, og særlig om jeg trenger å gå tilbake til et tidligere tidspunkt i analyseprosessen, noe jeg gjorde flere ganger for å sikre at mine abstraheringer var i tråd med rådatamaterialet (Korstjens & Moser, 2018; Malterud, 2017).

Deltakerne i denne kvalitative studien ble rekruttert gjennom snøballmetoden/-teknikken som betyr at jeg bruker nettverket til dem som allerede har sagt ja (Malterud, 2017, s.60). Jeg ønsket kontakt med potensielle intervjukandidater tilknyttet forskningsfeltet der deltakerne har erfaringer med ulv og ulveangrep på husdyr. Mitt utvalg kan ha vært preget av at jeg ønsket å finne kandidater med en viss iboende holdning til temaet. Det ble trolig litt snevert at det ble rekruttert kun en fra urbant område. Det var ikke deltakernes holdninger til rovdyr/ulv jeg skulle etterspørre men få tak i deres beskrivelser av reaksjoner og opplevelser (og konsekvenser) etter kontakt med ulv og ulveangrep på husdyr. Jeg blir utfordret på min forforståelse, og i noen av intervjutranskriberingen kan det komme frem, men da flestparten av deltakerne etter intervjuet spør meg: “hvilken side står du på?” så sier det trolig noe om at de ikke åpenbart har følt at jeg har fremvist noen slagside under selve intervju-seansen. Faktisk erfarer jeg også en ekstern forforståelse - når det blir kjent at jeg skal skrive om mitt tema.

Systematisk tekstkondensering (STC) egner seg godt til å utvikle nye beskrivelser og begreper fra forskning knyttet til menneskers opplevelser og erfaringer. Malterud sin analyse modell er en systematisk analysemodell som er relativt oversiktlig å bruke for meg som nybegynner og uerfaren forsker. Validitet (gyldighet) i kvalitativ forskning handler om den valgte metoden som benyttes egner seg til undersøkelsen og i følge Kvale og Brinkmann (2015) om validitetsarbeidet kan bidra til å kvalitetssikre alle stadiene i undersøkelsen. I henhold til Malterud (2017) er overførbarhet knyttet til informasjonsstyrken i utvalget og på hvilken måte funnene kan være med på å belyse lignende forskningsspørsmål i en annen kontekst. I kvalitativ forskning er det ikke uvanlig å ha mellom 20-30 deltakere til intervju (Malterud, 2017). Av praktiske og tidsmessige grunner hadde jeg ikke anledning til det. Nå har ikke kvalitative studier til hensikt å generalisere funnene. Jeg vil likevel anta at hadde jeg hatt et større utvalg, med litt mer likhet i fordelingen av kjønn, og større spredning i alder, og bosted (urbant og ruralt), er det grunn til å tro at funnene ville vist flere nyanser, som kunne ha vært med å belyse lignende forskningsspørsmål i en annen kontekst, men til tross for at dette er en liten gruppe har de, uavhengig av hverandre, mange av de like utsagnene som viser andre at dette er opplevde fenomener som eksisterer, som er, at det de opplever/erfarer og det noen

av dem betoner som tiltak - enten forvaltningsmessig eller knyttet til helse og trivsel, kan ha en overføringsverdi til andre menneskers kontekst/lignende situasjon – jeg mener jeg har fått fram kunnskap som andre kan lære av. Jeg har ingen kjennskap til livssituasjonen eller nært bekjentskap med noen av deltakerne i studien, til tross for at noen i studien kommer fra samme kommune. Jeg vil likevel si at de sju deltakerne som deltok i denne studien bidro med et tildels innholdsrikt rådatamateriale, noe som veilederne mine understøttet. To veiledere har vært med på de to første fasene av analyseprosessen og bidratt med å styrke validiteten i materialet (Korstjens & Moser, 2018; Malterud, 2017). Resten av arbeidet og valg som jeg har tatt, står jeg for selv (Malterud, 2017). Malterud viser til epistemologisk logikk – om det sier hun: “Et materiale basert på et strategisk utvalg kan ikke si noe om forekomst, fordelinger eller samvariasjon....slike konklusjoner forutsetter standardiserte spørsmål til et representativt utvalg....i det kvalitative intervjuet spør vi ikke alle deltakere om det samme” (s.205).

Jeg har før undersøkelsen måtte beskrive min forforståelse og vurdere hvordan egne holdninger og kunnskaper til forskningsspørsmålet i denne studien kan ha påvirket materialet. I følge Malterud (2017) kan ingen ikke være upåvirket eller unngå en form for påvirkning i kraft av det å være deltaker og være forsker i en intervjusetting, men å ha en økt bevissthet rundt det er bra. I denne studien var det likheter, men også motstemmer som bekrefter at det ikke bare «søkes» etter bekreftende svar i henhold til en forutinntatthet, resultatfunn presenteres i neste kapittel. På forhånd kunne jeg ha et bilde på hva og hvordan deltakerne kunne svare, men underveis har de avgitt et rådatamateriale som er mer informativt og utfyllende enn jeg hadde trodd, og som jeg mener at andre forskere kunne få tilnærmet lignende svar ved samme metode og samme intervjuguide – ut fra at jeg, etter beste evne, har ivarettat intersubjektiviteten slik at andre forskere forstår analyseprosessen jeg har fulgt. Å finne frem til autentiske sitater ved dekontekstualisering og bringe de tilbake til konteksten ved rekontekstualisering er en møysommelig arbeidsprosess som jeg har prøvd å synliggjøre så godt jeg har kunnet i kap.4. Det finnes noe forskning som jeg har nevnt i denne studien som kan bekrefte deler eller beslektet funn av det som er fremkommet i denne studien, men da er det benyttet kvantitativ metode eller metodetriangulering (bruker flere metoder sammen til datainnsamlingen), det sistnevnte er helt klart en fordel for å få en enda bredere datasamling/forskningsmateriale.

## 4. PRESENTASJON AV FUNN

I dette kapitelet skal jeg presentere resultatfunnene fra denne kvalitative undersøkelsen. Tekstmaterialet fra de sju deltakerne skal fremvises. Deltakerne i denne studien er fordelt på aldersspekteret 42 til 60 år, to kvinner og fem menn. Problemstillingen er hva kontakt med rovdyr og hva opplevelser med rovdyrangrep på husdyr har å si for enkeltmenneskers arbeidshverdag/livssituasjon og helse. Hensikten er ikke bare å beskrive men å kunne forstå og bli bedre kjent med det som deltakerne opplever.

|  | «Anna»                | «Berit»  | «Christian»           | «David»   | «Erik»  | «Frank»                        | «Geir»  |
|--|-----------------------|--|-----------------------|---|---|--------------------------------|---|
| <b>Alderstrinn</b>   | 40-45                 | 40-45  | 55-60                 | 55-60   | 45-50   | 45-50                          | 55-60   |
| <b>Sivil status</b>  | Gift                  | Samboer  | Gift                  | Gift  | Samboer   | Samboer                        | Skilt   |
| <b>Yrke</b>  | Offentlig<br>stilling | Privat<br>næring<br><br>deltid+<br><br>annen<br>stilling | Offentlig<br>stilling | Privat<br>næring<br><br>deltid +<br><br>annen<br>stilling | Privat<br>næring<br><br>deltid +<br><br>annen<br>stilling | Privat<br>næring<br><br>heltid | Privat<br>Næring<br><br>deltid +<br><br>annen<br>stilling |
| <b>Høyskole<br/>og/eller<br/>universitets-<br/>utdanning</b> | x                     |  | x                     | x   | x   |                                |   |
| <b>Videregående/<br/>fagbrev</b>                             | x                     | x  | x                     | x   | x   | x                              | x   |
| <b>Bosted</b>  | ruralt                | ruralt   | urbant                | ruralt  | ruralt  | ruralt                         | ruralt  |

Tabell 3. Oversikt over deltakere i denne studien. De er benevnt med «fiktive navn».

Datamaterialet fra de individuelle intervjuene skal gjennom fire analysetrinn. Før den trinnvise analyseprosessen har veilederne mine lest transkriberingene og kunne understøtte at intervjuene presenterte et innholdsrikt tekstfundament for å kunne fremvise nyanser men også fellestrekk i deltakernes utsagn. Deltakerne i denne studien har en del felles erfaringer og opplevelser men det er også noen motstemmer i funnene. Analysen resulterte i fire hovedkategorier som skal fremvise deltakernes meningsinnhold.

Gjennom analyseprosessen er fire hoved- eller resultatkategorier identifisert og representerer innholdsbeskrivelsene og sitatene i subkategoriene. Subkategoriene vies hvert sitt avsnitt. Hovedkategori 1/en: **Stressreaksjoner i møte med rovdyr**. Har tre subkategorier. Hovedkategori 2/to: **Kampen mot konsekvensene**. Har tre subkategorier. Hovedkategori 3/tre: **Betydning av sosial støtte**. Har to subkategorier. Hovedkategori 4/fire: **Viktige framtidige verdier trues**. Har tre subkategorier.

| FIRE HOVEDKATEGORIER   |  |   |  |
|--|--|---|--|
| Stressreaksjoner i «møte» med rovdyr   | Kampen mot konsekvensene   | Betydning av støtte   | Betydningsfulle verdier i framtida trues   |
| ELLEVE SUBGRUPPER  |  |   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psykisk stress-belastende</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Behov for å beskytte seg og sitt</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opplevelse av støtte i lokal-samfunnet</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Endringer i samfunns-verdier</li> </ul>           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psyko-somatisk belastende</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Store praktiske konsekvenser</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opplevelse av mangel på støtte fra stor-samfunnet</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Endringer imellom-menneskelige verdier</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tap- og nederlags-følelse og håpløshet</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Begrensninger i livsutfoldelse og frihet</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Å bo her gir mening</li> </ul>                    |

Tabell 4. Oversikt over hovedkategorier og subgrupper.

Fire «Gullsitater» fra subgruppene fremvises i den videre teksten i kap. 4.1, 4.2, 4.3 og 4.4.

## 4.1 Stressreaksjoner i «møte» med rovdyr

Gullsitat: *«Jeg er redd ungen min skal møte ulveflokken alene. Det er vondt å se dyra lide sånn - jeg blir på gråten når vi snakker om det. Jeg har hatt mye mareritt etter hendelsen og vært utrolig mye lei meg.»*

En deltaker uttalte: *«Jeg skrek og skrek ... og skrek men det hjalp fint lite, følelsen av at ulven ikke var redd meg var ingen god følelse»*. Slik det er beskrevet foran er hvordan en deltaker opplever sitt møte med en ulv rett utenfor hjemmet sitt. Med gode kunnskaper om hvordan rovdyr oppfører seg og at de vanligvis skygger unna kunne likevel ikke forebygge stressreaksjonen som kom etterpå. *«Dagen etter var jeg helt ferdig, jeg hadde brukt opp alle kreftene mine for å jage vekk dette dyret ... jeg var så redd den skulle ta hunden min»*. Deltakerne skulle fortelle om en selvopplevd historie knyttet til rovdyr eller rovdyrangrep på husdyr, og de ble spurt om hva de følte, tenkte og gjorde.

Nedenfor kommer tre subgrupper som et resultat av videre analyse. Det betyr å sortere ut nyanser i tekstmaterialet som kommer fra Hovedkategori 1/en.

### Psykisk stressbelastende

Psykisk stressbelastende er navnet på denne subgruppen. Deltakerne beskriver på hver sine måter hva de opplever som psykisk belastende med ulvemøter eller ulveangrep på husdyr. *«Jeg er mest redd for 9-åringens reaksjoner hvis han skulle møte ulveflokken helt alene»*. At det å gå på arbeid uten å vite om ungene kommer vel fram til skolen viste seg å være en belastning. En annen deltaker sa *«Det er ikke normalt at du skal ha tarmene til hunden din oppi ansiktet»*, *«da jeg kom hjem fikk kona sjokk, jeg var helt gjennombløt av blod»*. I etterkant har deltakeren hatt mye mareritt på grunn av hendelsen men mest av alt vært utrolig mye lei seg, og sier at *«det har gått mye mer inn på meg enn jeg trodde»*. En annen er tydelig lei seg da han sier *«det er ikke noe trivelig å se dyra bli tatt slik, det er verre enn det folk tror»*. *«Det å ikke vite når rovdyra kjem er en kolossal stressbelastning»*, understreker en annen av deltakerne. *«Det å avlive egne skambitte lam er ganske tøft»* forteller en annen av husdyreierne. *«For meg vil det bli en psykisk belastning å se dyra mine drept»*. Det var et par av deltakerne som mente at en ikke kan *«la seg skremme av rovdyra»* og at *«jeg ikke er redd for å gå i skogen, selv om jeg har hørt ulvehyl rundt meg»*.

Det var generelt et nokså samsvarende følelsesmessig spekter som kom frem hos deltakerne, men at det er noe delte meninger om frykt for å møte ulv/rovdyr, at frykten kan oppfattes som overdrevent.

### **Psykosomatisk belastning/symptomer**

Flere av deltakerne hevdet at de kunne slite med ulike typer psykosomatiske plager. En deltaker sa at *«når jeg nærmer meg skogen den dag i dag får jeg alltid vondt i magen» ... ..* Flere av de andre deltakerne sa at de kunne slite med søvnplager. *«Når jeg har arbeidet hele dagen og skal til fjells igjen å lete etter rovdyrskadde husdyr da kan det bli dårlig med søvn».* *«Jeg blir ikke sykemeldt ... du skjønner vi bønder sjukemelder oss ikke vi, men det setter sitt preg på meg».* En annen deltaker sier *«jeg blir ikke sykemeldt, men har følt meg fysisk tom og har strevd med søvn og prøvd å dempe reaksjoner».* En annen sier at *«jeg føler ikke at helsa er svekket – det går en faen i meg, men jeg er bekymret for framtida – og husdyrholdet».* En tredje sier *«Jeg blir ikke sykemeldt – jeg blir mest forbannet, rett og slett».*

### **Tap- og nederlagsfølelse**

Noen av deltakerne sa at de ... kjenner på en følelse av tap. *«Det oppleves som et nederlag å måtte legge ned gården særlig med tanke på alt arbeide som er lagt ned».* En annen sa at *«jeg har ikke den samme spontaniteten og friheten lenger».* En kvinnelig deltaker sa at *«du vender deg til å miste ting ... men det er en tapsopplevelse» ...* og en annen deltaker sa *«Det er ikke så trivelig i skogen lenger»* og *«jeg vil ikke skaffe ny hund».* *«Hvis det blir et ulveangrep på dyra mine så slutter jeg ... det vil jeg rett og slett ikke tåle».* En annen mannlig deltaker sa at *«foreldrene må passe på ungene sine ...jo ... det kan hende det virker overdrevent ... men det med rovdyr påvirker dem» ...* En annen sa at *«de som har tatt beiteretten får erstatte den».* Flere av deltakerne har bodd og drevet lenge med gårdsdriften og synes de kjenner på en avmaktsfølelse at det har utviklet seg en håpløshet eller en meningsløshet ... En deltaker sa at *«Du føler deg maktesløs da du ser plagene dyra får, da SNO (Statens naturoppsyn) flår dem får du se hvor ille tilredt de er»* en annen sa at ... *«Denne situasjonen er ikke til å leve med ... ikke for min del».* Alle deltakerne refererer til en form for tap eller avmaktsfølelse som kan knyttes til hverdagen deres.



## 4.2 Kampen mot konsekvensene

Gullsitat: *«Det tar kolossalt mye tid og er mye ekstraarbeid å lete etter husdyr som er skadet eller drept av ulv, i tillegg til den andre jobben kan det tilsammen bli 18-timers arbeidsdag så det blir lite ferie og fri her til gards. Blir det slike ulveangrep en sommer til er det kroken på døra for dyreholdet her. Det er ikke mulig å ha sau kun på innmarksbeite for da kommer det sykdom på dyra.»*

Samtlige av de sju deltakerne forteller at de har måttet legge om rutiner i hverdagen og rovdyrsituasjonen har medført mye ekstra arbeidsoppgaver som har gått utover andre jobb- eller fritidsaktiviteter i familien, dette blir drøftet mer i diskusjonsdelen.

### Behov for å beskytte seg og sitt

Det var noen av deltakerne som hadde utstyrt seg med varslingsutstyr etter nærkontakt med ulv som ikke ville la seg skremme bort. *«Jeg må kunne varsle noen hvis jeg trenger hjelp»* Det var deltakere som kunne fortelle at andre i nabolaget hadde gjort det samme. Det var en som presiserte at det ikke er med lett hjerte å dra på arbeid uten helt å vite om barna har kommet seg trygt på bussen ... *«derfor har alle her mobiltelefon, også den yngste»*. Ikke fordi man som voksen er redd for å møte ulv eller ulveflokkene alene men fordi man er redd for barnas reaksjoner hvis de skulle møte på en flokk med seks-sju ulver alene langs veien ned til busslomma. En annen deltaker sier at det har vært barn i området som har støtt på rovdyr/brunbjørn alene på gåtur, der og da var det en skremmende opplevelse men at det heldigvis gikk bra når gode naboer kom til og fikk trøstet og tatt seg av barnet. Noen av de andre deltakerne var ikke redd for å gå i skogen eller møte ulv, så her har store og små gått i skog og fjell uten å føle frykt for rovdyr. Likevel er det ikke trivelig at husdyra utsettes for angrep sier deltakeren. En av deltakerne sier at ulveangrepene har gjort større inntrykk på ungdommene – de har fått reaksjoner på synet av mengden skambitte lam og deltakeren sier videre at *«dette får de ikke lenger være med å se på - jeg må beskytte dem for det»*.

### Store praktiske konsekvenser

*«Mye ekstraarbeid utenpå det andre du skal gjøre»*. Deltakerne med husdyrbruk forteller at de har hatt mye ekstra arbeid som konsekvens av rovviltsituasjonen/ulveskadene, og særlig sommeren 2018. Flere av deltakerne er deltidsbønder og det betyr at først drar de tidlig av gårde på den første jobben for senere å reise til fjells for å lete etter skadde eller drepte husdyr.

Siden rovdyrskadene i fjorsommer begynte tidlig kunne det bli 17-18 timers lange arbeidsdager. En deltaker som går i turnus sa at det når det kommer meldinger om rovdyrskader så må vakta byttes ut for å kunne ta seg av avliving av skambitte lamunger. Det er en tidskabal som skal gå opp. En annen deltaker sa at *«jeg blir fryktelig oppgitt, jeg vet ikke når rovdyra kjem – det er uforutsigbart – ulven kan være her under to timer»*. *«Som bonde har jeg mine forpliktelser i henhold til dyrevernlova, men det blir mye ekstra å ordne opp i etter bare én ulvs rabiate oppførsel»*. En deltaker sier at når husdyrholdet ligger «innenfor sona» så skal *«det ikke være ulv i dette området»*. En annen sier at merarbeid på grunn av rovdyr krever endring av rutiner, at dyr må sankes inn hver kveld, og forteller om en gang da ikke bare folk blir bekymret for rovdyr, men kyr kan bli utrolig farlige når de aner at det er rovdyr i nærheten – de løper vilt av gårde og i verste fall kan du som gårdbruker være utsatt for fare på grunn av kuas flukt-reaksjon.

### **Begrensninger i livsutfoldelse/frihet**

Noen av deltakerne opplever at de har blitt mer mørkredde. Etter å ha hørt ulvehyl i nærheten er det ikke like enkelt å ta joggeturen langs skogsbilvegen. *«Før så kunne jeg dra lange turer på ski med hundene mine, men det tørr jeg ikke lenger etter den hendelsen med den uredde ulven»*. Det var flere av deltakerne som påpekte at det var færre som turte å gå i skogene å plukke bær og sopp. En av deltakerne, som har gått mye i skog og mark, har gitt andre såkalte skeptikere til ulv mange motargumenter for deres unødige bekymringer for ulv, men etter opplevelsen av ulveangrep på hobbydyret sitt sitter deltakeren igjen med en annen erfaring *«jeg trodde ikke at ulven skulle utgjøre noe trussel for hundene mine ... ikke før etter den tok hunden min»* og sier videre at *«jeg går ikke på jakt i skogen lenger»*. En annen deltaker sier at *«ulv er den store skrekken for den som har jakthund»* som har en nesten tilsvarende erfaring å vise til.. En deltaker sier *«jerv og bjørn er til å leve med, ulven gir mer problemer til dyreholdet»*. En annen deltaker sier *«det kommer nye ulver over grensa så vi vil få denne situasjonen framover»*. To andre deltakere sier at *«rovdyra er fascinerende dyr»* og *«det skal være plass til alle dyr i faunaen»*. Det kommer fram litt ulike syn og utsagn om rovdyr.

## **4.3 Betydning av støtte**

Gullsitat: *«Det er godt å prate med andre om det, så den lokale støtta fra SNO, venner og familie har vært god støtte for meg.»*

Deltakerne har varierende erfaring med sosial støtte med tanke på sine utfordringer med rovdyrangrep på husdyr.

### **Opplevelse av støtte i lokalsamfunnet**

Mange av deltakerne har gode erfaringer med støtte fra lokale aktører som venner, familiemedlemmer, kollegaer og SNO fremheves som en god støtte for flere. SNO er ofte de som er først på plass når husdyrtapet skal registreres og kommer og hjelper til med avliving av rovdyrskadde husdyr, det samme gjelder folk fra Rovviltnemda. En deltaker sier at «*vi støtter hverandre og hjelper hverandre med å lete etter skadde husdyr*». Noen av deltakerne vil berømme ansatte i kommunal tjeneste og administrasjon for god støtte og som har lagt til rette for skyssordninger for barna som gir følelse av at «*vi blir tatt på alvor*». Andre deltakere synes at det lokale apparatet kommer inn alt for seint med å etterspørre hvordan man har det i en situasjon der de har mistet mange husdyr/sau på grunn av ulveangrep. Her kom det også en uttalelse fra en deltaker om at det burde vært nedsatt et eget team for å ivareta de som ble hardt rammet i sommer. Kort oppsummert kommer det fram ulike meninger om lokal støtte.

### **Opplevelse av mangel på støtte fra storsamfunnet**

De fleste av deltakerne føler på at storsamfunnet ikke tar nok ansvar for situasjonen husdyreierne i dette området står i. Flere av deltakerne mener helt klart at myndighetene «*må samhandle med de som har lokalkunnskapen*» ... En deltaker sier at etter mange år med rovdyrutfordringene er det kommet en avmaktsfølelse i forhold til forvaltningsspørsmålet ... «*jeg føler vi ikke blir trodd, sett eller hørt på*» og en annen sier «*Jeg er skuffet over de «høyere opp» i systemet*». En annen deltaker puster tungt og sier «*det virker på myndighetene som vi bare skal bort*». Noen deltakere synes «*det er forskjellbehandling mellom by og land*» mens andre deltakere synes ikke det er hold i et slikt argument. Derimot sier flere som er utenfor ulvesone at de nå forstår hva de som har vært lenge i ulvesonen har vært igjennom av pålagte nedjusteringer som har endt opp med nedlegging av dyrehold. Det er ikke rettfærdig at forskningsinstitusjonene alene skal bestemme rovdyrpolitikken. Det foregår en respektløs holdning fra øvrigheta. Vil ha dialog «rundt bordet» med myndighetene om forslag som hindrer fraflytting. En annen deltaker antyder at «*rovviltlagene har spart samfunnet for ytterligere rovdyrskader, men nå får myndighetene ta hånd om rovviltskader sjøl ... de som har ansvar*». Så er det en som understreker at «*ei elgku med kalv er farligere enn en ulv*» ... «*for det er folk som bare har en generell bekymring for ulv ... men som går jo rundt og ikke*

*opplever noen ting som helst». Flere av deltakerne hevder at politikken i landbruket er uforutsigbar – «det er tøft i perioder». En deltaker mente at forskning har «ikke kunnskapen hele tiden på svaret som er virkeligheten». Det er en gjennomgående mistillit til øvrige myndigheter med tanke på sentral støtte.*

## 4.4 Betydningsfulle verdier i framtida trues

*Gullsitat: «Omstilling til annen drift har sin pris ikke minst økonomisk. Ikke bra at beiteretten blir borte. Blir det mer nå så går bygdesamfunnet i oppløsning. Jeg frykter for fraflytting. Jeg er bekymret for gårdens framtid og neste generasjons utsikter til å drive husdyrhold.»*

Flere av deltakerne er oppriktig bekymret for framtida for landbruket og gårdsdrift. Sommeren 2018 kom med andre utfordringer i tillegg til rovdyrskader, nemlig tørke. Det flere sier er at landbruket har sin verdi og sitt mangfold. En deltaker kommer med eksempel fra skogbrannen i Sverige i sommer der det hevdes at tilsvarende i Norge hadde ikke skjedd siden Norge har fortsatt levende bygdesamfunn med tilhørende beredskap.

### **Endringer i samfunnsverdier**

Flere av deltakerne merker raske endringer. *«Jeg synes bygdesamfunnet har blitt mer sårbart, blir det mye mer nå går det i oppløsning»*. Noen nevnte også at de visste om flere som ikke visste hvordan de skulle klare seg økonomisk siden landbruket i dag er så nedgjeldet som det er. *«Det er urettferdig, de som har tatt fra oss beiteretten får erstatte den»*, påpeker en deltaker. To av deltakerne hevder at *«myndighetene bare kommer inn og tar vekk rettigheter som er mange hundre år gamle»*. Ett annet argument som kommer er at *«Det er ikke noe gardsbruk hvis det ikke er dyr ... for jeg vil ikke være grønnsaksbonde, grønnsaker er ikke dyr - du får feedback av dyr, det gjør du ikke av en planter»* og en annen sier *«det er verdi og kulturkollisjoner»* og i henhold til livsgrunnlag har drøvtyggerne berget mange menneskeliv.

### **Endringer i mellommenneskelige verdier**

Flere av deltakerne er bekymret for neste generasjon sine framtidsutsikter. Hvis barna skal ta over må de virkelig ville det. En sa at hvis man skal drive husdyrhold fremover *«må en ha lidenskap»* og en annen deltaker sier *«det er lett å mene noe om noe en ikke har noe med»* og sier videre at *«jeg føler det er mangel på forståelse for jobben min»*. En annen sier *«du hetses som bonde ... og som jeger»*. En tredje deltaker sier at *«jeg vil ikke drive en virksomhet som*

ingen setter pris på» og en fjerde sier at «vi blir betraktet som bygdetullinger». En femte deltaker sier «nå har det vist seg at rovdysikre gjerder er ikke sikre de heller - så da du har husdyr – da er det du som er skyldig i at situasjonen er slik den er». En sjette deltaker sier at «bønder har et annet forhold til dyra sine enn sånn som vi som «bare ser» en flokk dyr ute på jordet». Her er deltakerne mer like i utsagnene sine.

### **Å bo her gir mening**

En mannlig deltaker forteller at «jeg flyttet hit fordi jeg liker å drive med dyr/sau». En kvinnelig deltaker betoner at «jeg er hysterisk glad i dyra mine». Det er flere av deltakerne som sier «at det var derfor jeg flyttet hit igjen» og en annen deltaker sier at «de som ikke er avhengig av beite vet ikke hvor mye det er verdt». Mens andre deltakere også stiller spørsmål om «Hva som er vitsen i å bo her? kvaliteten ved å bo her er borte» ... og mener at en oppgitthet har spredt seg. «Hobbyen min er å være ute ... hadde jeg vært glad i håndarbeid hadde det ikke vært noe problem – så ja det påvirker livet», sier en kvinnelig deltaker litt oppgitt. En annen mannlig deltaker sier at «flere vil jeg skal fortsette ... og ikke legge ned ... ja for hvem skal ellers brøyte snøen for folk her omkring». En tredje deltaker sier at «jeg synes det blir feil å legge ned matvareproduksjonen – folk sulter jo i hjel på kloden vår ...» og tilføyer at «det hadde ikke bodd folk her hvis det ikke hadde vært for landbruket ... men fortsetter det som det har gjort nå i sommer blir det et helvete for gårdbrukeren». En fjerde sier at «det går utover livskvaliteten – interesser og verdier». En femte deltaker sier at «det er en del av livskvaliteten å ta vare på verdier». En sjette sier at «å bo her gir mening». En sjuende sier at «det skal være plass til alle dyr i faunaen, men problemet med ulv er at den er en «lystmorder»».

## 5. RESULTATDISKUSJON/DRØFTING

Resultatfunn skal drøftes opp mot tidligere forskning og utvalgt teori som antas som relevant støtte til studien (Malterud, 2017). Det skal presenteres referanser som omhandler beslektede problemstillinger eller studier, en kvalitativ studie skal ikke ha som mål å bekrefte andres forskning, men tilføre noe nytt som utvider eller utfordrer kunnskapsgrunnlaget på området (Malterud, 2017). Hensikten med studien er som tidligere nevnt å få økt kunnskap om enkeltmenneskers erfaringer knyttet til ulike opplevelser de har hatt med rovdyr. Hva opplever de ved å bo tett på der ulven er, hvilke helsemessige og praktiske konsekvenser får det i jobbhverdagen eller livssituasjonen deres. Fire hovedkategorier og ni subkategorier har utpekt seg, og nedenfor vil innholdet/funnene i de **fire** hovedkategoriene i undersøkelse bli drøftet opp mot teorielementer og forskning i lys av et humanistisk helsefremmende perspektiv med fokus på psykisk helse

### 5.1 Stressreaksjoner i “møte” med rovdyr

Deltakerne skulle fortelle om erfaringer de hadde hatt i møte med rovdyr på fritid eller opplevelser rundt konsekvenser av ulveangrep på husdyr i forbindelse med sin jobbsituasjon. Noen hadde møtt på ulv alene på tur med hobbydyr, noen fryktet ulv men mest på grunn av barnas reaksjoner uten å kunne hjelpe de hvis et angrep skulle skje, de andre fire hadde på ulike måter stått oppi mer eller mindre blodige resultater av ulveangrep på husdyr i fjor sommer. Disse hendelsene er en del av deltakernes opplevde virkelighet og det har gjort inntrykk, for flere av dem ganske stort inntrykk som de har fått kjenne på kroppen over kortere og lengre tid. I henhold til beskrivelser av menneskelige reaksjoner sett i lys av ulike stressteorier (Eriksen & Ursin, 2006; Lazarus 1999; Selye 1965) kunne flere av deltakerne vise til fysiologiske men også psykologiske reaksjoner under og etter sine opplevelser i møte med rovdyr eller som konsekvenser av ulveangrepene på egne husdyr. Konkret var dette reaksjoner som bekymring, akutt redsel, magesmerter, søvnløshet/søvnproblemer og mareritt, utmattelse og nedstemthet. Det er imidlertid mange mennesker som opplever lignende reaksjoner i andre type skremmende hendelser (vold, ran, ulykker) slik Kleber og van der Velden beskriver det, men som i seg selv kan skape helsemessige utfordringer etterpå (Kleber & van der Velden, 2009, s.269). En av deltakere møtte på ulv under en gåtur med hunden i tussmørket, siden skumringen gjorde at det var vanskelig å tolke ulvens atferd og den ikke

virket spesielt sky, har deltakeren i ettertid ordnet seg med blant annet fløyte, nødblusspenn for å kunne skremme vekk ulv/ulvene hvis en lignende situasjon skulle oppstå. Når det gjelder frykt for rovdyr henviste flere av deltakerne under intervjuene til egne gode kunnskaper og innsikt i rovdyrenes væremåte, og flere hadde sett rovdyr, sporet rovdyr gjennom mange år (10-20 år), enten som friluftsinteressert eller ha interesse for store rovdyr. Så tatt i betraktning selve opplevelsen og konteksten med møte eller oppleve omfattende skadeforløp så vil antakelig flere av deltakerne ikke uten videre støtte seg til at holdningsskapende tiltak for å forstå rovdyr bedre – herunder/i betydning lære mer om ulvens atferd og egen atferd i møte med dem – trolig ikke være et godt nok argument for å redusere verken uro og negative følelser mot ulv siden disse deltakerne besitter personlige erfaringer med ulike konsekvenser i sine møter med ulv jamfør funnene. På en annen side kan slike opplysningstiltak være til nytte for unge mennesker eller andre som er uerfarne med egne reaksjoner knyttet til rovdyr adferd (Frank et al., 2015, s.129; Johansson & Karlsson, 2011; Rygg Johnsen, 2018). Imidlertid kan det for mange være både ny og nyttig kunnskap å bli bedre kjent med selve opplevelsesbildet til deltakerne i denne studien. Det var en deltaker som sa at «*det er forskjell på reaksjoner og redsel hos folk, og hvordan vi bedømmer risiko*». Trolig kan deltakernes egne beskrivelser på stressreaksjoner føre til en utvidet forståelseshorisont, og invitere til et mer nyansert syn på deres opplevelsessituasjon, siden det er annerledes å stå i en kontekst med opplevelse av en **reell fare** kontra en **tenkt fare**, men at akuttfasene i et rovdymøte kanskje ikke utgjør den verste trusselen, noe som vil bli beskrevet litt senere i oppgaven.

Helsedirektoratet sin rapport om «*Stress og mestring*» (Helsedirektoratet, 2017[IS-2655]) setter søkelys på psykisk helse og vil ha et større søkelys på at folkehelsearbeid derfor handler om tilrettelegging for innbyggernes mestring av stress, både lokalt og nasjonalt samt at samme rapport beskriver et sammensatt bilde av hva stress er – både akutt og kronisk stress som deltakerne i denne studien selv har erfart og har håndtert på ulike måter. Det var noen av deltakerne som hadde symptomer og lengre psykiske ettervirkninger på en akutt belastende hendelse (ICD-10, 1999). En deltaker sa det var verst det første året, det betyr med andre ord at deltakeren hadde ettervirkninger (gjentatte mareritt og unnvikende skogsterreng den dag i dag) av sin hendelse som trolig på et tidlig tidspunkt etter hendelsen kunne oppfylle kriteriene for diagnosen F.43.0 og F.43.1 i ICD-10 (ICD-10, 1999, s.144-146). Andre deltakere kunne streve med kortere eller lengre ettervirkninger som nedstemthet, tankekjør og nedsatt søvnkvalitet, men ingen hadde oppsøkt lege eller helsevesenet for behandling/hjelp, noe som kan tyde på flere ting. Det ene er at deltakerne i denne studien har en sterk OAS og har gode generelle

motstandsressurser, det vil si at de antakelig er robuste mennesker av natur og har god kontroll (Antonovsky & Sjøbu, 2012), eller et annet forhold som jeg som fagperson ofte ser at mennesker «ikke vet» at de har symptomer på en depresjon, eller at «de bare er blitt vant med å ha det slik» og søker derfor ikke råd eller hjelp hos helsevesenet.

Under intervjuene var det flere som ble rørt eller på gråten når de snakket om det de hadde opplevd, det var reaksjoner de knyttet til rovdyrhendelse som hadde skjedd enten på fritid eller i jobbsituasjon. Flere av deltakerne sa «*jeg opplever mer bekymring og engstelse fordi jeg er glad i dyra mine*» eller «*jeg kjenner forskjell på hver enkelt av lammene*» ... og en tredje som sa at «*det ikke noe trivelig å se dyra mine bli tatt sånn*» og en fjerde som uttrykte usikkerheten med barn alene på skoleveg. Slike utsagn kan tyde på at de opplever en sterk tilknytting til det de er glad i og holder på med og ønsker å verne om. I henhold til Antonovsky (Antonovsky & Sjøbu, 2012; Moksnes, 2017, s.41) betyr nettopp meningsfullhet å fylle livet sitt med engasjement som gir mening, som det å stelle og passe på barn og dyr. Stress og *følelser* (Lazarus, 1999; Stiegler, 2015) er to faktorer som hører sammen, og at stress kan føre til følelser som tristhet og engstelse, sinne og frustrasjon. Flere av deltakerne melder også om at de føler en form for tapsopplevelse eller meningsløshet. Når det gjelder tapsopplevelse vil det være individuelt hvordan hver enkelt reagerer, men det som ser ut som et menneskelig fellestrekk når det kommer til det å miste noe eller noen, så kan tap og sorg initieres av blant annet faktorer som trussel om tap av yrkesrolle/identitet og tap av kjæledyr (Mitchell & Anderson, 1983). I følge Stiegler (2015) er følelsen av meningsløshet karakterisert som mer en tilstand man er i mer enn en følelse, men en tilstand som er knyttet til det å føle seg nedstemt/trist i forhold til situasjonen man står, som for eksempel å være direkte vitne til at jakthunden blir angrepet av ulv eller måtte avlive skambitte sau og lam som er angrepet av rovdyr. Ifølge Halifax (2008, s.73) kan man når man er i vanskelige situasjoner minne seg selv på at man kjenner smerten men at man ikke lider, dette for ikke å forsterke smerten ved å lage en historie rundt den, siden forskning viser at smerte i virkeligheten består av «non-pain elements» og at det er selve historien om smerte som skaper lidelse, og at lang smerte ikke er evig-varende. Noe som kanskje er forenelig med deltakeren som sa at etter et år ble det bedre.

Med lang erfaring som psykiatrisk sykepleier har jeg arbeidet mye med mennesker som har eller er blitt utsatt for ulike fysiske, psykiske, sosiale og økonomiske stressbelastninger, enten yrkesrelatert stress eller stress som har oppstått som følge av private/familiære forhold. Stress er ikke nødvendigvis skadelig hvis en vet hvordan det skal håndteres. Hvis stressbelastningen blir av kronisk karakter kan sykdom oppstå, det har jeg sett i min praksis. Hva så med



deltakerne i denne studien? De utsettes for stress men håndterer det på hver sine måter. Ifølge HUNT 3 - rapporten (Holmen, Krokstad, Langfjord Mangerud & Stordal, 2009) er det funn der som understøtter mange av de samme menneskelige reaksjonene i min studie, særlig det som omfatter trivsel og livskvalitet hos de som opplever rovdyrangrep på husdyr, understreket i en annen undersøkelse av Stordal og Uldal (2004) at det er husdyrdrivere, særlig menn over 50 år, som kan rammes mest av depresjon og nedsatt livskvalitet. Antonovsky mener at hvis mennesker opplever lav meningsfullhet kan de likevel ha høy begripelighet, han mener også at høy begripelighet kombinert med lav håndterbarhet skaper press i retning av endring (Antonovsky & Sjøbu, 2012, s.43). Noe som flere av deltakerne kjenner på at de forstår i prinsipp hva som kan skje, men vet ikke om de klarer å håndtere en sommer til med store rovdyrskader, men som på en annen side kan bety at de har evnen til å beslutte hva som er riktig for dem, eller har en høy begripelighet om hva de tåler (Antonovsky & Sjøbu, 2012).

Så er det et par deltakere som synes at det ikke er grunn til å være redd for rovdyr i seg selv, men settingen med rovdyrskadene gjør at de blir oppgitte og frustrerte, er mye irriterte, «rett og slett forbannet» på rovdyrforvaltningen/rovdyrpolitikken. NINA-rapporten (2018, [1567]), viser til noe av de samme funnene når det gjelder rovdryrfrykt, og holdninger til dagens rovdyrforvaltning, men i min studie er spørsmålene stort sett spisset mest mot et helsemessig fokus. Min/denne studien har ikke sammenlignbare funn som kan støtte/predikere at det er forskjell på fryktfølelsen i by eller bygd, det skyldes at det er kun en deltaker i denne studien som kommer fra ruralt område.

## 5.2 Kampen mot konsekvensene

Flere av deltakerne sier de kjemper om å få tida til å strekke til, spesielt da rovdyrangrepene startet så tidlig som sommeren 2018. De fleste har endret adferdsmønster som en konsekvens av enten møte med rovdyr, eller på grunn av merarbeid som følge av ulveskader på husdyr. «Jeg starter arbeidsdagen klokken sju og så etter endt arbeidsdag må jeg til fjells for å lete etter skadde dyr fram til midnatt», og en annen deltaker tilføyer «slik ekstraarbeid har det vært i hele sommer – det personlige maskineriet går på full styrke hele tida». Deltakerne understreker at det blir en ganske stor arbeidsbelastning å ha det slik over tid i tillegg til at det går utover familielivet. Ifølge Lazarus (1999) kan stressbelastninger hos et familiemedlem påvirke hvordan de øvrige familiemedlemmene har det. Deltakerne formidler videre at det har gått utover trivselen i hverdagen på flere måter. Det har ført til begrensinger i egen eller

familiemedlemmers ferie og fritidsaktiviteter, det har ført til mye ekstraarbeid utenom det andre arbeidsgiverforholdet de har et ansvar overfor. Deltakerne følger anbefalinger om å ha dyr på innmark, men har erfaring og kunnskaper om at der kan ikke sauen/husdyra holdes altfor lenge siden faren for sykdommer på husdyra øker. Skulle det skje, så tilsier erfaringer hos deltakerne at da får de enda mer å gjøre, og all jobben som det medfører gir ikke ønsket økonomisk avkasting, heller omvendt, og det gjør at de kan føle belastningen enda større. En sier at *«jeg er avhengig av utmarksbeite – hvis ulven får overtaket er det kroken på døra for dyreholdet her»*. En annen deltaker sier *«alt dette går direkte på livskvalitet og helse for en drar på seg enda mer belastning»*. I følge Antonovsky så sa han at hvis opplevelsen av livssituasjonen forblir av en mer kronisk karakter der man ikke ser umiddelbare utveier eller løsninger på ting, eller ikke kan påvirke systemet rundt i noen grad, vil motstandsressursene kunne svekkes og at opplevelse av sammenheng vil kunne påvirke den psykiske helsa negativt (Antonovsky & Sjøbu, 2012), og som kan understøttes og jamføres med momentene i selvbestemmelsesteorien nevnt i kapittel 2.2.4.

Tre av deltakerne hevder at de får ikke gått i skogen lenger og føler det *«er vanskeligere å komme seg ut»*. En uttrykte det slik at *«det er mindre trivsel men jeg «lider ikke» psykisk»*. Det kan se ut som at flere opplever begrensninger i livsutfoldelse og frihet fordi den selvopplevde hendelsen med ulv «stopper» [min utheving] dem. En deltaker nevnte at ulvens nærvær gir problemer både i jobb og fritid – det blir redde husdyr og redde hobbydyr ... *«så det påvirker store deler av livet mitt»*. En annen deltaker sier at hun kan håndtere situasjonen med ulv på et vis, men har ikke lyst til å skaffe ny jakthund for det kan kanskje fremprovosere et angrep på hunden. Så er gruppen ikke helt homogen i svarene da noen sier at de har ikke fryktet eller kommer ikke til å frykte rovdyr på den måten, det er heller den andre belastningen med skadeomfang som medfører utfordringer, både at de kan slite med søvnproblemer og tankekaos når *«det blir for mye»* [min utheving]. Ingen er blitt sykemeldt av belastningene, men det var flere som sa at de visste om andre som hadde det verre enn seg selv, og de mente at de trengte profesjonell hjelp, ikke bare av helsevesen men andre instanser ( i kommunen).

Det er flere som er tydelig på at de slutter med dyreholdet hvis det blir en tilsvarende sommer som i fjor, en sier *«jeg vil ikke oppleve denne tragedien en sommer til»*. Det er en annen som sier at *«jeg slutter hvis jeg får rovdyrangrep på husdyra eller hobbydyra mine, jeg vil rett og slett ikke tåle det»*. Halifax (2008) beskriver om ulike faktorer som kan utløse sorg og tapsfølelse, dette er blant annet endringer av roller som følge av systemendringer eller for eksempel tap av dyr – kjæledyr (Halifax, 2008; Kleber & van der Velden, 2009). I henhold til

systemendringer er det en deltaker som hevder at det på grunn av rovdysituasjonen har bredt seg en stagnasjon og resignasjon i distriktet. Det kan nok diskuteres om dette er noe som faktisk gjelder for alle, eller for noen, eller om det er en følelse av meningsløshet hos vedkommende. I følge Stiegler (2015) er meningsløshet ikke en følelse men en tilstand det er knyttet flere emosjoner til, det kan bety blant annet personens psykiske sårbarhet som ifølge (Frank et al., 2015, s.2) likevel ikke skal være et argument for å si at personer som uttrykker frykt og mistillit er «engstelige» av seg.

I henhold til regjeringen og Helsedirektoratets sin satsing på psykisk helse og kartlegging av livskvalitet, er det anbefalinger på hvordan dette kan gjøres i kommunene. I henhold til Bang Nes et al. og FHI (Bang Nes, Barstad & Hansen, 2018; Folkehelseinstituttet, 2017) er livskvalitet et begrep som innbefatter både en *subjektiv* og *objektiv* dimensjon, men som kan måles og skåres hvis en i lys av folkehelseperspektiv ønsker å gjennomføre målinger hos personer som har vært igjennom livshendelser som fører til eller kan føre til nedsatt livskvalitet. Resultatene blir utgangspunkt for hvilke forebyggende eller helsefremmende tiltak som eventuelt kan settes inn på lokalnivå, men som kanskje også kan ha påvirkning og interesse for videre arbeid på systemnivå, både tverretattlig og politisk jf. Folkehelseloven (2011, §§1-7). Litt av poenget med kartlegginger er også at mennesker skal få sette ord på situasjonen sin sjøl, at andre ikke skal gjøre det for dem.

### 5.3 Betydningen av sosial støtte

Både Antonovsky og Weiss beskriver betydninger av sosial støtte som helsefremmende og forebyggende faktorer når mennesker opplever utfordringer i livssituasjonen sin (Weiss, referert av Drageset, 2017, s.76-84; Antonovsky, referert av Moksnes, 2017, s.41-50). Det deltakerne fremhever er den opplevde gode støtten de fikk av lokalsamfunnet. God sosial støtte kan føre til en god OAS som igjen fører til en større mulighet for ikke å oppleve ensomhet i sin livssituasjon (Antonovsky & Sjøbu, 2012).

Håndterbarhet og begripelighet og meningsfullhet er tre motstandsressurser mennesket har. Så hvordan kan deltakerne oppleve meningsfullhet i den situasjonen de står i med frykt for ulveangrep på unger eller stå i situasjoner med leting etter dyrekadaver. Det kom fram i studien at deltakerne hadde god erfaring med å støtte hverandre i vanskelige situasjoner, de pratet sammen og deltok på leting sammen, slik at den lokale støtten dem imellom var upåklagelig. I følge (Drageset, 2017, s.77) er «sosial støtte» [min utheving] en støtte som gis i et sosialt

fellesskap og som inkluderer følelsesmessig støtte, men også konkret hjelp. Noen av de andre deltakerne forteller at de varsler hverandre hvis det er behov for å gi melding om observasjoner av rovdyr før eventuelle gåturer, skiturer eller også jaktturen. Motsatt virker ikke sosialt fellesskap helsefremmende hvis det handler om å «grave seg ned» i negative erfaringer (Drageset, 2017). Det ble nevnt hos noen av deltakerne at det lokale kommunale tjenesteapparatet kunne fulgt tettere opp med støtte til mennesker som mister husdyr i henhold til den skadeskalaen som det var sommeren 2018. Et spørsmål her er om enkelte kommuner tar tilstrekkelig ansvar for en bedre ivaretagelse sett i lys av folkehelseperspektivet med fokus på psykisk helse jf. Helsedirektoratet (2018, [IS-2655]) og sett i forhold til mennesker som opplever utrygghet og store husdyrskader som kan true livsgrunnlag og inntekter.

Så var deltakerne ikke riktig så optimistiske når det kom til sosial støtte fra de sentrale myndighetene. En nevnte at når slike store skadeomfang skjer, er det *«ingen beklagelse å få»*. Sosial støtte innebærer ifølge Weiss at man har noen (en nærpersion eller en autoritetsperson) man kan stole på og kan få råd av (Weiss, referert av Drageset, 2017, s.80; Helsedirektoratet, 2017 [IS-2655]). Det var litt ulikt syn hos deltakerne hvordan de erfarte støtte fra lokale eller sentrale myndigheter. Det var flere av deltakerne som følte at øvrige myndigheter ikke samhandlet «godt nok» med de som har lokalkunnskapen, om hvordan det er å stå i slike store skadeomfang og hva det gjør med en. Det var noen som mente at myndighetene ikke behandlet rovdyrskadene i Hedmark på samme måte som i Oppland, men her var det ikke homogene svar. Noen synes det gjøres forskjell mellom by og bygd, andre ikke i henhold til rovdyrtrykk og rovdyrskader og spørsmål om økonomiske erstatninger. Samtlige deltakere mente at storsamfunnet generelt sett må ta mer på alvor det de sier og det de reellt opplever.

## 5.4 Framtidas verdier og livsgrunnlag trues

Flere av deltakerne er bekymret over fremtida, generasjonene videre og fraflytting jf. Grefsrud og Overvåg (2004). I henhold til empirien i denne studien, har noen bestemt seg for å avvikle husdyrholdet som en sa *«dette er siste året...dette skal jeg ikke drive med mer»* og gir opp livsgrunnlaget sitt på grunn av rovdyrskadene, andre er i tenkeboksen mens en deltaker ikke ser på rovdyr/ulv som trussel for å endre på noe foreløpig. En annen deltaker nevnte at han visste ikke hvilken ende han skulle begynne i alle ganger, når man har dyr planlegger man utfra livdyr(avlsdyr), og når disse dyra blir tatt av rovdyr så blir kvalitet på avlsmaterialet dårligere, eller man har lite eller ingenting å avle på videre. Deltakernes hovedsynspunkt heller

mot en følelse av avmakt, at storsamfunnet ikke forstår og myndighetene ikke vil møte dem eller ha en dialog med dem. Noe av dette kan relateres til tilsvarende funn i NINA-rapporten (2018, [1567]) som viser til (deltakernes) mistillit til myndigheter, forskningsinstanser og rovviltforvaltningen i sin helhet.

Det må gjøres opp for «en reell påtvungen avvikling» mener noen av deltakerne. Flere refererer til møter med myndigheter der de opplever at overmakta ikke gjør nok. Foucault beskriver nettopp om den makta som befinner seg i *selve* dokumentene (Foucault, referert av Thomassen, 2006, s.121-124), for eksempel Stortingets bestandsmål som i dette henseende antakelig bidrar til at det oppstår misnøye og uenigheter mellom de ulike aktørene som er en del av denne rovdyrforvaltningen; miljøorganisasjoner, husdyreiere og myndighetsinstitusjonene. De fleste av deltakerne kjenner på en opplevd følelse av ikke å bli hørt eller sett i sin sak, og det til tross for at flere av deltakerne sier i intervjuet at de mener det skal være plass til alle dyr i faunaen som igjen ikke er ensbetydende med at alle rovdyr og ulv skal utryddes, siden flere allerede er vant til at rovdyr – av de store – og som normalt tar noen husdyr fra tid til annen, men at myndigheter må innse at det blir en stor belastning for de som rammes av rovdyrskadeomfanget på den måten som skjedde i fjor sommer. «*For det skal ikke være ulv her*» i dette området sier flere av deltakerne. I følge Antonovsky har man høy grad av begripelighet hvis omverden oppleves forutsigbar og forståelig og som gjør at man kan se ting i en sammenheng (Antonovsky & Sjøbu, 2012). Flere av deltakerne oppgir misnøye og mistillit overfor myndighetene, og at de derfor opplever systemet mindre begripelig når de opplever å ikke bli hørt eller sett. Hvis myndighetene kunne ha imøtekommet et større behov for dialog ville det antakelig ha ført til at deltakerne hadde opplevd systemet som mer imøtekommende og sammenhengende i deres livssituasjon (Antonovsky & Sjøbu, 2012; Frank et al., 2015).

En deltaker sier at det er en «*mangel på forståelse i forhold til jobben min*» ... og sier videre at «*det er lett å mene noe om noe en ikke har noe med*». En annen sier at fortsetter det slik som det gjør nå så «*hva er vitsen med å bo her da?*» slike utsagn kan relateres til Silviken (2011) sin studie om «Reindrift på helsa løs» som viser til reindriftsaktører som kjenner på samme følelse av håpløshet og lignende frustrasjoner knyttet til utfordringer med beiteinnskrenkninger, rovviltutfordringer og negativ framtidstro. Silvikens studie har riktignok hatt fokus på arbeidsrelatert stress som i ytterste konsekvens kan føre til utvikling av suicidalitet, og hun refererer til studier i Sverige om økt tendens til selvmordstanker og selvmordsplaner hos reindriftssamer (Silviken, 2011). I min studie er det ikke blitt tilkjennegitt

selvmordstanker eller planer, det ble heller ikke spurt etter, men flere deltakere uttrykker håpløshet og negativ framtidstro for regionen de bor i. Det var en deltaker som påpekte at det ikke kunne være direkte feil å betrakte seg som urbefolkning i dette distriktet også siden det er fare for at gamle tradisjoner og verdier kan gå tapt for evig.

Flere av deltakerne sier at de vurderer å slutte med husdyr fordi det ikke settes pris på det de gjør, de hetses som bonde og de hetses som jegere. Så er et spørsmål om rovviltforvaltningen og meninger i samfunnet om rovdyr, husdyr, gjør at deltakerne og andre i samme kategori som dem er underlagt en «trussel-bagatellisering». Med det så menes, slik som en deltaker uttrykte det, at *«det virker som det ikke er så nøye med oss lenger»*, at deltakernes argumenter for å forsvare barn, husdyr og hobbydyr og eget livsverk tenderer til å bli bagatellisert. I henhold til Antonovsky er den sosiale verdisettingen av individets egen arbeidsplass eller virksomhet av nokså stor betydning, arbeidet ses i lys av maktposisjon, belønning og prestisje det har i samfunnet (Antonovsky & Sjøbu, 2012).

Ifølge adferds-forsker Erikson (2018) formes holdninger og verdier blant annet av oppveksten og nærpersioner. Erikson (2018) beskriver fire hovedgrupper av mennesketyper og hvordan disse kan interagere mot hverandre. Funn i studien tilsier ikke en inndeling av deltakerne etter hvordan de fremstår, men denne teorien understøtter mer deres opplevelse av hvordan «andre» ser eller kan gjøre mot dem. Verdisyn på natur og verdissyn på mennesket er antagelig en underliggende konflikt-faktor i diskurser om bevaring av naturmangfoldet. Det er mye diskurser mellom aktørene og mange meninger om rovviltforvaltningen slik flere av deltakerne både følte på og hadde meninger om. Ifølge Foucault (Foucault, referert av Thomassen, 2006, s.121-124) vil det kunne oppstå en ubevisst ubalanse i maktforholdet, altså ikke hos hver enkelt aktør, men makt som utspiller seg *mellom* de ulike aktørene i synet på hvordan rovdyr skal forvaltes.

Så er et spørsmål om aktørene seg imellom - Kan enkelte holdninger og standpunkter bli et grunnlag for en «verdiråte» eller eventuelt betraktes som en «holdningsråte»? Det vil på ene siden være feil å si at det bare er holdningsråte hos mennesker med økosentrisk natursyn, det finnes nok meget vel hos de som støtter et antroposentrisk natursyn. En deltaker sa at det er enklere å bli lyttet til å bli tatt på alvor hvis man inntar en mer «innestemme», underforstått at man ikke opptrer fanatisk. Hareide (2011), henviser til bruk av den gylne regel, «slik du vil at andre skal være mot deg, slik skal du være mot andre» [min utheving]. Det er flere av deltakerne som likevel lurer på om det er misbruk eller misforståelse av egen rolle og kanskje

et uttrykk for «trussel-bagatellisering» og «holdningsråde» å sette ulvefigur på bryllupskaka når man vet at husdyreiere må streve med «pynten», og som må stå bak ei låvedør og avlive skambitte lamunger, eller er redd for at ni-åringen skal bli innhentet og tatt av ulveflokk. Deltakerne lurte på hvordan de skal tolke en slik «væremåte» hos en myndighetsperson og statsråd. De føler seg krenket og stiller spørsmål om en person i en slik myndighetsstilling kan få lov å fremstå slik.

Funn i NINA-rapporten (2018, [1517]) viser til negative holdninger til ulv hos menn med lav utdanning, er jegere og har antroposentrisk syn. Deltakerne i denne studien har i gjennomsnitt forholdsvis høy utdanning (tabell.1) – men de har nødvendigvis ikke et negativt syn på ulv, men vil gjerne verne sine arbeidsplasser og sine verdier, de har familie og barn som mange andre. En deltaker sa at «*det var en annen aksept for rovdyr før*» for da hadde husdyreierne blant annet det de kaller for forventet tap som er ca. 10% av besetningen hvert år. For det er alltid kalkulert med et visst tap av husdyr. En annen deltaker sa at «*men når det er slik som nå ... er det jeg gjør ikke verdt det spøtt*» som en underliggende tolkning på at fremtida i regionen er under forandring med en underliggende uro. Filosof Slåttholm Sagdahl (Labyrint: kunnskapsmagasin, u.å.) sier at verdier i samfunnet vil hele tiden forandre seg, og vi mennesker vil ha ulike verdier, men at kunnskap og forståelse kan hjelpe oss til å forstå andres verdier bedre. En deltaker sa «*at det å gå i fjellet å se en sau beiter høyt og fritt i fint vær...det er ikke noe vakrere syn enn det...det er det vi vil se...ikke et maltraktert lam*». Mangel på forståelse for hvordan «vi her har det» var et gjennomgående utsagn. Ifølge Hellevik, O. og Hellevik, T. (2016) er tillit i samfunnet bygd opp gjennom lang tid, det kan forhåpentligvis bety at vårt moderne samfunn klarer å finne nye veier både i måten å kommunisere om menneskers frykt og rovdyrspørsmål på ut fra flere nivåer, og at det er mer nyansert enn som så å finne gode nok tiltak jf. Johansson et.al. (2016).

Selv om noen av deltakerne ikke har tillit til en del undersøkelser i forskningsfeltet som gjelder rovdyr og mennesker kan det være håp om optimisme når forskningsinstanser tar i bruk en fler-metodisk fremgangsmåte i datainnsamlingen som viser et bredere perspektiv i et såpass sammensatt felt og som kan bidra til større viten om hva som viser seg og kan identifisere faktorer som ligger til grunn for hvorfor men også for hva og hvordan (NINA, [1567]).

Myndighetsinstanser og politikere lener seg på forskning, og i henhold til deltakerutsagn i denne studien, vil det forventes at de går ut og viser tydeligere støtte i møte med lokalkunnskapen.

## 6. KONKLUSJON

Hensikten med denne studien var å frambringe/utvikle mer kunnskap om enkeltmenneskers opplevelser og erfaringer knyttet til frykt for rovdyr eller opplevelser av rovdyrangrep på husdyr. Deltakerne i studiet ble rekruttert gjennom snøballmetoden/-teknikken slik det er presentert i kapittel 3. Hva er kjent fra før – hva kan dette studie tilføre? Når det gjelder svar på problemstillingen og forskningsspørsmålene så viser denne studien til fire funn. Stressreaksjoner, konsekvenser for arbeidshverdagen og fritid, betydning av sosial støtte og verdier for framtida trues. I henhold til forskning om stress og stressreaksjoner føyer nok deltakerne i denne studien seg i rekkene med andre personer som opplever andre eller lignende hendelser som aktiverer stressresponsen i kroppen. Når det er sagt er det nasjonale føringer med fokus på at nettopp sammensatt stress kan føre til helsemessige utfordringer som kan gi helsetap, og dårligere livskvalitet. Noen i denne studien kunne gjennom sine fortellinger bekrefte stressreaksjoner med varighet over tid, stressreaksjoner som er knyttet til både arbeid og fritid. De som gjennomgår ekstra vanskeligheter i forbindelse med tap av husdyr bør «overvåkes» av helsetjenesten i kommunen, slik som noen deltakere selv antydte var det ikke alle kommuner som hadde et slikt hjelpesystem, og for eksempel Statens naturoppsyn (SNO) og den lokale Rovviltnemda har derfor nærmest fungert som psykisk hjelpemannskap på vegne av kriseteam-etatene. Det andre funnet er den økende arbeidsbelastningen som rovdyrutfordringene har gitt, det har kostet mye krefter og mye tid, noe som de ikke har slik flere uttalte. Det går bra hvis rovdyr tar 5-10% av husdyra, men når de tar 2/3 av besetningen er ikke det holdbart i lengden, hverken for ansvarlig husdyreier og ikke minst deres familier. Blir det en sommer til med slike rovdyrskader som i 2018 vil flere av deltakerne slutte med husdyr. Det er andre som ikke vil skaffe seg hobbydyr igjen og føler på en del begrensinger med tanke på frykt for gjentakelse av uheldig hendelsesforløp med rovdyr. Det tredje funnet handler om sosial støtte, betydningen av det. Alle bekrefter at de får solid støtte av venner, kollegaer, familie, men alle er ikke fornøyd med det som foregår i forvaltningen. De fleste deltakerne har brukt mest tid på å snakke om den mistilliten de har til myndigheten, og noen har liten tillit til forskningsinstansene. De ønsker at det skal være en enda bedre dialog med myndighetene der lokale erfaringer får større tyngde i beslutninger enn det som skjer i dag. Det siste funnet viser til opplevelse av «verdiråte», at arbeidsplass og livsverk presses mot nedleggelse, de føler at den jobben de gjør ikke er verdt noe, men at de både har og ser muligheter å finne annet å holde på med som næringsbærende inntekt, men at flere er oppriktig



bekymret for framtidsutsiktene i regionen de bor i. Det ser ut som de fleste deltakerne er for at alle fire store rovdyra skal være i faunaen, men at ansvarlige myndigheter og videre forskning må bidra aktivt og forebygge «trussel-bagatelliseringen» i diskursene rundt menneskers opplevelser av rovdyrfrykt og rovdyrskader.

I forhold til mitt ståsted som psykiatrisk sykepleier kan helsetjenestene lokalt kunne bidra med støtte og oppfølgende tiltak til det som omhandler stress og endringer, det finnes strategier for å fremme bedre folkehelsetiltak til målgruppen (ulike risikogrupper) slik denne studien prøver å vise til jf. St. meld. 19 (2014-2015, 2018-2019). For å få enda mer kunnskap kunne det ha vært interessant og forsket mer på hvordan barna i disse familiene opplever og erfarer sin situasjon med sine opplevelser knyttet til frykt for rovdyr og rovdyrangrep på husdyr. Hva tenker de om framtid, trivsel og helse i regionen de bor i, hvilke holdninger og verdier påvirker subjektiv og objektiv livskvalitet og helse sett i lys av familieperspektivet.

\*\*\*\*\*

Visdomsord:

«Hva andre mennesker tror og mener om deg – har du ingenting med» - Paulo Coelho

## Litteraturliste

Aase, T. H. & Fossåskaret, E. (2014). *Skapte virkeligheter: om produksjon og tolkning av kvalitative data* (2.utg.). Oslo: Universitetsforl.

Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a Theory to guide health promotion 1. *Health Promotion International*, 11(1), 11-18. doi:10.1093/heapro/11.1.11

Antonovsky, A. & Sjøbu, A. (2012). *Helsens mysterium: den salutogene modellen*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Arnetz, B.B. & Ekman, R. (2006). *Stress in Health and Disease*. Weinheim: Wiley-VCH.

Astor, F. (2014). Bjørn og ulv som dødsårsak i norske kyrkjebøker. *Heimen* (01), 22-36.

Bang Nes, R., Barstad, A. & Hansen, T. (2018). *Livskvalitet, anbefalinger for et bedre målesystem* (Helsedirektoratet [IS-2727]). Hentet fra

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1463/Livskvalitet.%20Anbefalinger%20for%20et%20bedre%20m%C3%A5lesystem%20IS-2727.pdf>

Blekesaune, A., & Rønningen, K. (2010). Bears and fears: Cultural capital, geography and attitudes towards large carnivores in Norway. *Norwegian Journal of Geography*, 64(4), s.185-198. doi:10.1080/00291951.2010.528225

Departementene. (2017). *Mestre hele livet – regjeringens strategi for god psykisk helse (2017-2022)*. Hentet fra

[https://www.regjeringen.no/contentassets/f53f98fa3d3e476b84b6e36438f5f7af/strategi\\_for\\_god\\_psykisk-helse\\_250817.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/f53f98fa3d3e476b84b6e36438f5f7af/strategi_for_god_psykisk-helse_250817.pdf)

De nasjonale forskningsetiske komiteene (2014). *Generelle forskningsetiske retningslinjer*. Hentet 2.april 2019 fra [https://www.etikkom.no/globalassets/documents/publikasjoner-som-pdf/fek\\_generelle-retningslinjer.pdf](https://www.etikkom.no/globalassets/documents/publikasjoner-som-pdf/fek_generelle-retningslinjer.pdf)

Drageset, J. (2017). Sosial støtte – et salutogent begrep og forskningsfelt. I G. Haugen & T. Rannestad (Red.), *Helsefremming i kommunehelsetjenesten* (s.76-84). Oslo: Cappelen Damm

Eriksen, H.R. & Ursin, H. (2006). Stress – It Is All In The Brain. I B.B. Arnetz & R. Ekman (Red.), *Stress in Health and Disease*, (s. 46-68). Weinheim: Wiley-VCH.

Erikson, T. (2018). *Omgitt av idioter*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

Folkeaksjonen ny rovdyrpolitikk. (u.å.). Folkeaksjonen ny rovdyrpolitikk. Hentet 14.april 2019 fra [www.rovdyr.org](http://www.rovdyr.org)

Folkehelseinstituttet. (2017, 21.mars). Folkehelseinstituttet. Fakta om livskvalitet og trivsel i Norge. Hentet fra <https://www.fhi.no/fp/psykiskhelse/livskvalitet-og-trivsel/livskvalitet-og-trivsel-i-norge/>

Folkehelseloven. (2011). Lov om folkehelse (LOV-2011-06-24-29). Hentet fra

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29>

Fostås, O. (Red.). (2004). *Menneske i Ulveland. IV: Frykt og uro i det nye Ulveland*. Utgiver: Akershus fylkeslag Folkeaksjonen Ny Rovdyrpolitikk – [www.rovdyr.org](http://www.rovdyr.org) Aurskog-Høland/Oslo, mars 2004.

Frank, J., Johansson, M. & Flykt, A. (2015). Public attitude towards the implementation of management actions aimed at reducing human fear of brown bears and wolves. *Wildlife Biology*, 21(3), 122-130. <https://doi.org/10.2981/wlb.13116>

Frank, J., Johansson, M., Flykt, A., & Eklund, A. (2015, s.2-3). Psykologiska faktorer som har betydelse för människors upplevda rädsla för varg och björn. *Vilt&Tamt Fakta* (2).

[https://pub.epsilon.slu.se/13037/1/frank\\_j\\_etal\\_160229.pdf](https://pub.epsilon.slu.se/13037/1/frank_j_etal_160229.pdf)

Grefsrud, R. & Overvåg, K. (2004). *Konsekvenser av rovdyr og rovdyrpolitikk i «ulvesonen»*. Østlandsforskning-rapport 4.

Halifax, J. (2008). *Being with dying. Cultivating compassion and fearlessness in the presence of death*. Boston: Shambhala Pres.

Hareide, D. (2011). *Hva er humanisme* (Vol. 41). Oslo: Universitetsforl.

Haugan, G.& Rannestad, T. (Red). (2017). *Helsefremming i kommunehelsetjenesten*. Oslo: Cappelen Damm.

---

Hellevik, O. & Hellevik, T. (2016). Verdier og verdiutvikling: *Ivar Frønes & Lise Kjølørød (red.), Det norske samfunn, bind 3*. Gyldendal Akademiske. Kapittel 30.s.58-89.

Helsedirektoratet. (2016). *Psykisk helse i et folkehelseperspektiv* (IS-2545, s.10). Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Documents/Psykisk%20helse%20i%20et%20folkehelseperspektiv.%20Intern%20strategi%20Helsedir.pdf>

Helsedirektoratet. (2017). *Stress og mestring* (IS-2655). Oslo: Helsedirektoratet.

Helseforskningsloven. (2008). Lov om medisinsk og helsefaglig forskning (Helseforskningsloven). (LOV-2008-06-20-44) Hentet fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-20-44>

Helse- og omsorgsdepartementet. (u.å). Folkehelseavdelingen. Hentet 3.mars 2019 fra <https://www.regjeringen.no/no/dep/hod/org/avdelinger/fha/id1405/>

Helse- og omsorgsdepartementet. (2014). *Folkehelsemeldingen: Mestring og muligheter* (St.meld.nr.19 (2014-2015)). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/7fe0d990020b4e0fb61f35e1e05c84fe/no/pdfs/stm201420150019000dddpdfs.pdf>

Helse- og omsorgsdepartementet. (2018). *Folkehelsemeldinga: Gode liv i eit trygt samfunn* (St.meld.19 (2018-2019)). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/84138eb559e94660bb84158f2e62a77d/nm-no/pdfs/stm201820190019000dddpdfs.pdf>

Holmen, J., Krokstad, S., Langfjord Mangerud, W. & Stordal, E. (2009). *Rovdyr og helse. Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag, HUNT 3* (2006-08). Hentet fra

[https://www.ntnu.no/c/document\\_library/get\\_file?uuid=ec56fcd0-d03b-4960-914d-a367a7b4e5af&groupId=10304](https://www.ntnu.no/c/document_library/get_file?uuid=ec56fcd0-d03b-4960-914d-a367a7b4e5af&groupId=10304)

Holstein, J.A. & Gubrium, J.F. (2016). Narrative Practice and the Active Interview. I D. Silverman (Red.) *Qualitative Research* (s. 67-82). (4. utg.). Los Angeles, California: SAGE.

Johannessen, A., Tufte, P.A. & Christoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5.utg.). Oslo: Abstrakt forlag.

Johansson, M. & Karlsson, J. (2011). Subjective Experience of Fear and Cognitive Interpretation of Large Carnivores. *Human Dimensions of Wildlife*, 16(1), 15-29.  
<https://doi.org/10.1080/10871209.2011.535240>

Johansson, M., Støen, O.-G., Flykt, A., Frank, J. (2018). *Tiltak for å mestre frykt for å møte bjørn*. (NINA Rapport 1491). Hentet fra

<https://brage.nina.no/nina-xmlui/handle/11250/2493557>

Johansson, M., Ferreira, I. A., Støen, O.-G., Frank, J. & Flykt, A. (2016). Targeting human fear of large carnivores — Many ideas but few known effects. *Biological Conservation*, 201(C), 261-269. doi:10.1016/j.biocon.2016.07.010

---

Järvinen, M. (2005). Interview i en interaktionistisk begrebsramme. I M. Järvinen & N. Mik-Meyer (Red.), *Kvalitative metoder i et interaktionistisk perspektiv : interview, observationer og dokumenter*. København: Reitzel.

Kampestuen, K.Å., Sandvik, S. & Solbakken, H.A. (2017, 17.desember). Vil felle ulv som lever innanfor ulvesona – det har ikkje skjedd før. Hentet fra

<https://www.nrk.no/ho/no-blir-skjebnen-til-tre-ulveflokkar-avgjort-1.14344528>

Karl Martin, R. (2014). «Rovdyrenes Ødelæggelse». *Heimen* (01), 3-19.

Kleber, J.B. & van der Velden, P.G. (2009). Acute stress at Work. I C. L. Cooper, J. C. Quick & M. J. Schabracq (Red.), (3.utg.), *International handbook of work and health psychology* (Kap.13, s.269-291). Chichester: Wiley-Blackwell.

Korstjens, I. & Moser, A. (2018). *Series: Practical guidance to qualitative research. Part 4: Trustworthiness and publishing*. Taylor & Francis.

Krange, O. & Skogen, K. 2018. *Nordmenns holdninger til ulv* (2018). (NINA Rapport 1570). Hentet fra <https://brage.nina.no/nina-xmlui/handle/11250/2577847>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

Labyrint: kunnskapsmagasin (u.å.). Om Verdier. Optimisme og idealisme, kap.1. Hentet fra <https://uit.no/labyrint/1/verdier>

Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer Publishing Company.

Lindström, B., Eriksson, M. & Sjøbu, A. (2015). *Haikerens guide til salutogenese: helsefremmende arbeid i et salutogent perspektiv*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Malterud, K. (2001). Qualitative research: standards, challenges, and guidelines. *The Lancet*, 358(9280), 483-488.

Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag (4.utg.)*. Oslo: Universitetsforlaget.

Miljødirektoratet. (u.å.). Om Rovdyr. Hentet 26.april 2019 fra [www.rovbase.no](http://www.rovbase.no)

Mitchell, K & Anderson, K. (1983). *All our losses all our griefs*. London: Westminster Press.

Moksnes, U. K. (2017). Opplevelse av sammenheng. I G. Haugan & T. Rannestad (Red.), *Helsefremming i kommunehelsetjenesten* (s.41-51). Oslo: Cappelen Damm.

Naturvernforbundet. (u.å.). Naturvernforbundet. Hentet 13. april 2019 fra [www.naturvernforbundet.no](http://www.naturvernforbundet.no)



---

Norsk Institutt for Naturforskning (NINA). (u.å.). Forskning og utredning. Hentet fra

<https://www.nina.no/NINAs-tjenester/Forskning-og-utredning>

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & Evaluation Methods* (3.utg.). Thousand Oaks, Calif: Sage Publications.

Regjeringen. (2018, 20.mars). Rovvilt og rovviltforvaltning. Hentet fra

<https://www.regjeringen.no/no/tema/klima-og-miljo/naturmangfold/innsiktsartikler-naturmangfold/rovvilt-og-rovviltforvaltning/id2076779/>

Rygg Johnsen, C. (2018). *Unge menneskers oppfattelse av informasjon om bjørn* (Masteroppgave, Høgskolen i Innlandet[HINN]). Hentet fra <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/2567915>

Selye, H. (1955). *Stress and disease*. (s.625-631). ISBN/ISSN: 0036-8075. doi: 10.1126/science.122.3171.625

Silviken, A. (2011). "Reindrift på helsa lös". Arbeidsrelatert stress i reindriftnaeringen i lys av Mark Williams' modell "Cry of Pain". *Suicidologi*, 16(3), 10-4. <https://www.journals.uio.no/index.php/suicidologi/article/view/2125>

Skogen, K., Johansson, M., Figari, H., Flykt, A. & Krange, O. (2018). *Erferinger med ulv*. (NINA Rapport 1567). Hentet fra <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/2576976>

Skuland, S.E. (2008). *Landskap og rovdyr – med blikket rettet mot rovdyrkonfliktens landskap*. (Masteroppgave i sosiologi, Universitetet i Oslo). Hentet fra <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/15765/skuland.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Stordal, E. & Uldal, B. (2004). *Menneske og rovvilt*. Prosjektrapport. Helse Nord-Trøndelag, Psykiatrisk poliklinikk, Sykehuset NAMSOS.

Stiegler, J. R. (2015). *Emosjonsfokusert terapi: å forstå og forandre følelser*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Store norske leksikon. (2019). Hentet 22.april fra <https://snl.no>

Sæther, B. (u.å.). *Grunnlagsproblemer* [Lysarkpresentasjon]. Hentet fra <https://www.uio.no/studier/emner/sv/iss/SGO2300/v04/sgo2300natsyn.ppt>.

Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (5.utg.). Oslo: Fagbokforlaget.

Thomassen, M. (2006). *Vitenskap, kunnskap og praksis: Innføring i vitenskapsfilosofi for helse – og sosialfag*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Thurén, T., Gjerpe, K. & Gjesteland, D. (2009). *Vitenskapsteori for nybegynnere* (2.utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.

Tjora, A. (2017). *Kvalitative Forskningsintervju i praksis* (3.utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.

---

Ursin, H. & Eriksen, H. R. (2004). The Cognitive Activation Theory of stress. *Psychoneuroendocrinology*. (2004, s. 567-592).

Wabakken, P., Maartmann, E., Eriksen, A., Zimmermann, B., Flagstad, Ø. Liberg, O, ... Wikenros, C. (2017). *Ulv som skadegjører på bufe, tamrein og hund i Norge: skadestatistikk og skadepotensiale i forhold til ulvens spredningsmønster*. Hedmark oppdragsrapport/Delrapport 2/2017. Hentet fra

<https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/2437057>

World Health, Organization. *ICD-10: psykiske lidelser og adferdsforstyrrelser: kliniske beskrivelser og diagnostiske retningslinjer*. (1999). Oslo: Universitetsforlaget.

World Wide Fund for Nature. (u.å.). World Wide Fund for Nature. Hentet 13.april 2019 fra [www.wwf.no](http://www.wwf.no)

Østmoe, G. (2016, 18.mars). Slik endres dagens ulvesone – utvides nordover. Hentet fra <https://www.ostlendingen.no/rovdyr/natur-og-miljo/nyheter/slik-endres-dagens-ulvesone-utvides-nordover/s/5-69-217851>

## Vedlegg 1

Tilbakemelding fra NSD - med direktelink øverst og nederst i dokumentet

- [Norsk](#)
- [Ann Kristin Øverby](#)

## NSD sin vurdering

### Prosjekttittel

Hvordan har kontakt med rovdyr eller opplevelsen av rovdyrangrep på husdyr å si for enkeltmenneskers helse og livskvalitet"?

### Referansenummer

332125

### Registrert

09.08.2018 av Ann Kristin Øverby - ako@trysil.kommune.no

### Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskolen i Innlandet / Fakultet for helse- og sosialvitenskap / Institutt for folkehelse og idrettsvitenskap

### Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Knut Hestad, knut.hestad@inn.no, tlf: 41210640

### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

### Kontaktinformasjon, student

Ann Kristin Øverby, kroeverb@online.no, tlf: 97584674

### Prosjektperiode

01.08.2018 - 15.08.2019

### Status

---

25.09.2018 - Vurdert

## Vurdering (1)

---

### 25.09.2018 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD, den 25.09.18. Behandlingen kan starte. MELD ENDRINGER Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringen gjennomføres. TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger frem til 15.08.19. LOVLIG GRUNNLAG Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2). PERSONVERNPRINSIPPER NSD finner at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen: - om lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen - formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke videre behandles til nye uforenlige formål - dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet - lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet DE REGISTRERTES RETTIGHETER De registrerte vil ha følgende rettigheter i prosjektet: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20). Rettighetene etter art. 15–20 gjelder så lenge den registrerte er mulig å identifisere i datamaterialet. NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned. FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32) For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må prosjektansvarlig følge interne retningslinjer/rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon. OPPFØLGING AV PROSJEKTET NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare status for behandling av personopplysningene. Lykke til med prosjektet! Kontaktperson hos NSD: Kjersti Haugstvedt Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

b244

<https://meldeskjema.nsd.no/vurdering/5b6c198c-a306-43f6-afd8-aa37728a69d4>

## Vedlegg 2

Dette er et informasjonsskriv om forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt med følgende problemstilling:

«Hvordan har kontakt med rovdyr eller opplevelsen av rovdyrangrep på husdyr å si for enkeltmenneskers helse og livskvalitet?»

### Bakgrunn og formål

Dette er et spørsmål om du kan tenke deg å delta i en forskningsstudie, for å få mer kunnskap om hvordan enkeltmennesker opplever en hverdag i nær kontakt med rovdyr og/eller rovdyrangrep på husdyr, og på hvilken måte det kan påvirke deres helse. Målet er at studien kan være med å bidra til økt forståelse for bakenforliggende årsaker til rovdyrfrykt som kan bidra til nedsatt livskvalitet og helsemessige konsekvenser på grunn av opplevelser og erfaringer knyttet til rovdyr samt at det også skal/bør stadfestes via forskning.

Dette forskningsprosjektet gjennomføres som en mastergradsoppgave i Psykisk helsearbeid ved Høyskolen i Innlandet, campus Elverum.

### Hva innebærer din deltakelse?

I denne studien ønsker jeg å intervju 6-8 informanter som opplever nær kontakt med rovdyr og/eller har opplevd rovdyrangrep på husdyr, og for å se om disse opplevelsene påvirker/kan påvirke deres helse og livskvalitet. Informantene er både fra og utenfor rovdyrsoner.

Intervjuet skal foregå individuelt med undertegnede. I intervjuet gis du mulighet til å fortelle om opplevelser, erfaringer og eventuelle helsemessige konsekvenser av rovdyrkontakt eller rovdyrangrep på husdyr på grunn av rovdyrets nærhet/tilstedeværelse. Det vil bli brukt lydopptak og det vil bli tatt notater underveis. Gjør oppmerksom på at opptaket vil bli slettet så fort jeg har fått overført det til tekstmateriale.

---

Intervjuet vil vare i ca. 1-1,5 time og jeg kommer hjem til deg. Tidspunkt skal avtales nærmere utfra din bekreftelse på at du ønsker å delta. Deltakelse er frivillig og du kan når som helst trekke deg (både før, under og etter intervjuet) uten begrunnelse og innsamlede data blir slettet omgående.

#### Innsamlede data – oppbevaring og behandling av disse

Oppbevaring og behandling av forskningsdata er forbeholdt visse regler. Intervjuet vil gi informasjon om din opplevelse og eventuelle helsemessige konsekvenser. Disse dataene blir anonymisert og forsvarlig nedlåst. Det blir brukt omskrivninger og opplysninger som vil bli behandlet uten navn, fødselsnummer. Lydopptak og datamaterialet vil oppbevares i låsbart skap (enten undertegnedes arbeidsplass eller Høyskolen i Innlandet, campus Elverum). Data slettes ved prosjektets slutt, senest 15.8.2019.

#### Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- Innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- Å få rettet personopplysninger om deg,
- Få slettet personopplysninger om deg,
- Få utlevert en kopi av dine personopplysninger,
- Å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Vi behandler opplysninger om deg KUN basert på ditt samtykke.

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med prosjektansvarlig og professor Knut Hestad på epost ([knut.hestad@inn.no](mailto:knut.hestad@inn.no)) eller telefon

412 10 640, eller NSD - Norsk senter for forskningsdata AS, på epost ([personvernombudet@nsd.no](mailto:personvernombudet@nsd.no)) eller telefon 55 58 21 17

Ved deltakelse må du gi skriftlig samtykke på vedlagt samtykkeerklæring, se siste siden/side 3.

Med hilsen

Knut Hestad

Prosjektansvarlig og Professor

Avdeling for folkehelsefag

Høgskolen i Innlandet

Med hilsen

Ann Kristin Øverby

Prosjektleder og Masterstudent

Avdeling for folkehelsefag

Høgskolen i Innlandet

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet:

«Hvordan har kontakt med rovdyr eller opplevelsen av rovdyrangrep på husdyr å si for enkeltmenneskers helse og livskvalitet?», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Å delta på intervju (med lydopptak)

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca.15.08.2019.

-----  
Signert av prosjektdeltaker, dato



---

## Vedlegg 3

### INTERVJUGUIDE – Kvalitativt forskningsintervju

#### A Åpningsspørsmål

- Alder
- Yrke/profesjon (Utdanning)
- Har du bodd her lenge?
- Hvor mange bor i dette området du bor i/innbyggere?
- Hvem bor du sammen med?
- Hva jobber du med?
  - Og hvor lenge?

#### **Problemstilling: «Hvordan har kontakt med rovdyr eller opplevelsen av rovdyrangrep på husdyr å si for enkeltmenneskers helse og livskvalitet»**

#### B Livssituasjonen/jobbhverdagen NÅ

- Har du sett rovdyr nylig og evt. når så du det/de sist?
  - Hvilken type rovdyr så du?
- Hvilke erfaringer har du/har du hatt med rovdyr?
  - Kan du fortelle meg om noen personlige opplevelser knyttet til nærkontakt med rovdyr? Beskriv evt. 1-2 erfaringer med det.
- Hvilke konsekvenser får/fikk det for deg i hverdagen?
  - Hvordan «håndterer» du konsekvensen(e)/opplevelsen(e)?
    - Kan du fortelle hva du gjør i/med slike situasjoner?
- Hvilke erfaringer har du med rovdyrangrep på husdyr?
  - Kan du fortelle meg noen personlige opplevelser med rovdyrangrep på husdyr? Beskriv evt. 1-2 erfaringer med det.
    - Hvordan oppleves det å hente ut rovdyr-skadde husdyr?

- Hvordan oppleves det å miste rovdyr-skadde husdyr?
- Hvilke konsekvenser får dette for deg?
  - Hvilke virkninger får slike opplevelser på din helse og livskvalitet?
    - Hvordan «håndterer» du slike opplevelser?
    - Er du eller har du nylig vært sykemeldt på grunn av (nær)kontakt med rovdyr eller rovdyrangrep på husdyr?
    - Har du følt deg engstelig eller deprimert, eller kjent på annen psykisk uro/stress (evt. søvnmangel) i mer enn 2 uker sammenhengende? Hvis ja, kan du utdype det litt mer?
    - Har du følt deg fysisk sliten? Hvis ja, kan du utdype det litt mer?
- Kjenner du andre som har opplevd det samme som deg med tanke på egen nærkontakt med rovdyr eller rovdyrangrep på husdyr?
  - Opplever du støtte fra andre som er i samme situasjon som deg
    - Opplever du støtte fra storsamfunnet?
    - Er det noen personer i kommunen eller personer du opplever som er til støtte eller ressursperson for deg? Hvis du opplever eller ikke opplever det – hva betyr det for deg?

#### C Livssituasjonen/jobbhverdagen FØR

- Hvordan var livssituasjonen/jobbhverdagen din tidligere?
  - Synes du noe i livssituasjonen har forandret seg? Hvis ja, utdyp det litt mer.
  - (Hvilke tanker hadde du om ulike framtidsutsikter på tidligere tidspunkt?)

#### D Livssituasjonen/jobbhverdagen FREMOVER

- Hvordan ser du for deg livssituasjonen/jobbhverdagen fremover?

- Slik situasjonen er nå, påvirker rovdyrerfaringer framtidsutsiktene på noen måte? Hvis ja, kan du utdype litt mer.
- Hva betyr husdyrhold/uteaktiviteter/jakt med hund for deg?

#### E Avslutning

- Er det andre ting jeg ikke har spurt om som du skulle ønske å si noe om?
- Ønsker du å tilføye noe ekstra i forhold til tidligere spørsmål?
- Har du noe å si til «storsamfunnet», eller andre som kan være av betydning?

## Vedlegg 4

| ARBEIDSDOKUMENT/ARBEIDSNOTAT - HOVEDKATEGORIER  |   |   |  |
|---|---|---|--|
| Hovedkategori 1:  | Hovedkategori 2:  | Hovedkategori 3:  | Hovedkategori 4:   |
| Stressreaksjoner i «møte» med rovdyr  | Kampen mot konsekvensene<br><br>Praktiske og adferdsmessige konsekvenser i hverdagen  | Betydning av støtte   | Betydningsfulle verdier i framtida trues   |
| SUBGRUPPER  |   |   |  |
| Psykisk stressbelastende:<br><br>Jeg er redd for 8-åringen min og særlig for hvordan hun vil kunne reagere i møte med rovdyr/ulveflokkene alene. Etter ulveangrepet (på hobbydyr), har jeg hatt mange mareritt etterpå og jeg har vært mye lei meg. Jeg skrek og skrek og skrek, men det hjalp lite så den følelsen at ulven ikke er redd meg er ikke en god følelse. Når vi snakker om det blir jeg på gråten for det er | Behov for å beskytte seg og sitt:<br><br>Jeg går ingen steder uten telefon og har anskaffet nødblusspenn, overfallsalarm og fløyte.<br>Rovdyrangrepene har gjort inntrykk på ungene. Må beskytte dem for de verste inntrykkene. | Opplevelse av støtte i lokal-samfunnet:<br><br>Det er godt å få prate om det med andre. Godt samhold i lokalsamfunnet her. SNO (statens naturoppsyn) familie og venner støtter deg. | Endringer i Samfunnsverdier:<br><br>Jeg mener bygdesamfunnet har blitt mer sårbart – blir det mye mer nå så går det i oppløsning Myndighetene kommer inn og tar rettigheter som er flere hundre år gamle. Bare se skogbrannen som herjet i Sverige i sommer - den ville ikke fått samme omfang i Norge – fordi vi har en |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p>ikke noe trivelig å se dyra bli tatt sånn.</p> <p>Psykosomatisk belastning: Jeg har strevd med å sove etter hendelsen med ulveangrepet. Jeg får tankekjør om kveldene. Jeg får vondt i magen hver gang jeg nærmer meg skogsterreng. Jeg blir ikke sykemeldt – men jeg blir forbannet – rett og slett irritert.</p> <p>Lenge siden jeg har sett rovdyr, men når det skjer er det en kolossal stressopplevelse for meg så det er psykisk belastende hele situasjonen. Jeg opplever mer bekymring og engstelse fordi jeg er glad i dyra, og det er psykisk belastning å finne dyra drept. Det er det psykiske å se dyra som du har hatt i flere år ligge der som halvdøde.</p> | <p>(Store) praktiske konsekvenser:</p> <p>Mye ekstraarbeid utenpå det andre du skal gjøre. Jeg starter arbeidsdagen klokka sju og så etter endt arbeidsdag må jeg til fjells for å lete etter skadde/drepte husdyr, slik har det vært i hele sommer så det blir lite ferie og ferieturer på ungene her til gards. Jeg blir fryktelig oppgitt - jeg vet ikke når rovdyra kjem – det er uforutsigbart – ulven kan være her på under to timer. Det er ikke bare å ha husdyra gående på innmark hele tiden fordi da øker faren for sykdommer på sauen.</p> | <p>Opplevelse av mangel på støtte fra storsamfunnet:</p> <p>Storsamfunnet tar ikke ansvar</p> <p>Ingen beklagelse å få. Må samhandle med de som har lokalkunnskapen.</p> <p>Virker på myndighetene som vi bare skal bort.</p> <p>Føler på forskjellsbehandlin g «by-land»</p> <p>Skuffet over de «høyere» opp i systemet.</p> <p>Forskjellsbehandlin g i ulvesone og utenfor ulvesone.</p> <p>Sentrale myndigheter mangler lokalkunnskapen. Det har blitt endringer i synet på ressursutnytting og på eiendomsretten i distriktene og</p> | <p>annen beredskap fordi vi har et mer levende bygdesamfunn.</p> <p>Mange lur på hvordan de skal klare seg siden landbruket er så nedgjeldet som det er - så det er ikke bare å omstille seg</p> <p>Urettferdig! – de som har tatt fra oss beiteretten får erstatte den</p> <p>Det er ikke noe gardsbruk hvis det ikke er dyr. Verdier blir borte – jegere blir borte. Før hadde jeg gnist og folk støttet meg fram til en produksjon.</p> <p>Vil ikke være grønnsaksbonde – grønnsaker er ikke dyr – du får feedback av dyr – det gjør du ikke av planter</p> |
|--|--|---|--|

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p>3. Tap- og nederlagsfølelse/håpløshet: En vender seg til å miste noe, men det er en tapsopplevelse. Jeg vil ikke oppleve denne husdyrtragedien en sommer til. Det føles som et stort nederlag å skulle legge ned gårdsdrifta, ikke minst på grunn av alt arbeidet som er lagt ned på gården. Jeg synes det har utviklet seg til en håpløshet, en meningsløshet.</p> | <p>Jeg er avhengig av utmarksbeite – hvis ulven får overtaket er det kroken på døra for dyreholdet.</p> <p>3. Begrensninger i livsutfoldelse/frihet : Folk går ikke skogen og plukker bær lenger. Det har blitt mindre kos i skogen og jeg har blitt mer mørkredd enn før.</p> <p>Vanskeligere å komme seg ut liksom.</p> <p>Trodde ikke at ulven skulle utgjøre noe trussel for hundene før etter den tok hunden min</p> <p>Ulv er den store skrekken for den som har jakthund.</p> <p>Det er mindre trivsel nå men jeg «lider ikke psykisk»</p> | <p>rovdyrene har bidratt til det. Storsamfunnet må ta det vi sier på alvor. Må får oppgjør på/for en reell påtvungen avvikling. Jeg er kritisk til rovviltforvaltningene. Vil ha dialog «rundt bordet» med myndighetene om forslag som hindrer fraflytting.</p> <p>Opplever forskyvning av ansvar og for liten forståelse når rovviltlaget har spart samfunnet for ytterligere rovdyrskader, så myndighetene får ta hånd om rovviltskader sjøl de som har ansvaret.</p> <p>Respektløs holdning fra øvrigheta. Ikke rettferdig at forskningsinstitusjo</p> | <p>2. Endringer i mellommenneskelig verdier:</p> <p>Bor her hovedsakelig for jakta som betyr mye for meg. Bekymret for neste generasjon for ungene må ha lyst til å ta over gården – de må ha lidenskapen</p> <p>Vi kan aldri gi oss – vi er pådyttet noe ved lureri – se på samene som har vært hardt rammet.</p> <p>Bønder har et annet forhold til dyra sine enn sånn som vi som <i>bare ser en flokk ute på jordet.</i></p> <p>Det skal ikke være ulv her</p> |
|--|---|---|---|

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | <p>Jeg er opptatt av helsa mi – det er verktøyet mitt. Hobbyen min er å være ute – hadde jeg vært glad i å strikke hadde det ikke vært noe problem – så ja det påvirker livet.</p> <p>På kort sikt gjør det mer med det psykiske – det er mye tøffere enn det folk tror – å oppleve slike ting. Helsa mi er ikke svekket. For det går en faen i meg, jeg er bekymret for framtida og for husdyrholdet.</p> <p>Tørr ikke gå i skogen alene lenger – før tok jeg lange skiturer</p> <p>Alt dette går direkte på livskvalitet og helse for en drar på seg enda mer belastning</p> | <p>n alene skal bestemme rovdyrpolitikken.</p> <p>Ei elgku med kalv er farligere enn....</p> <p>...Generell bekymring for ulv...det er mange som går rundt og ikke opplever noen ting som helst...</p> <p>Politikken i landbruket er uforutsigbar – det er tøft i perioder</p> | <p>Mangel på forståelse i forhold til jobben min</p> <p>Lett å mene noe om noe en ikke har noe med.</p> <p>Hva er viten med å bo her da?</p> <p>Rovdysikre gjerder er ikke sikre de heller</p> <p>Da du har husdyr – da er det du som er skyldig i at situasjonen er slik.</p> <p>Flere her vil jeg skal fortsette – for hvem skal ellers kan snø- brøyte om vinteren</p> <p>Hvis den hadde angrepet folk så kanskje det hadde skjedd ting</p> <p>Annen aksept for rovdyr før. Det skal være plass til alle dyr i faunaen – problemet med ulv</p> |
|--|--|--|---|

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
|  | <p>Rovdyrangrepene har tidligere vært mer sporadisk, nå er de hyppigere.</p> <p>Kan håndtere denne situasjonen med rovdyr/ulv på et vis men jeg eller familien vil ikke skaffe en ny hund.</p> <p>Jeg slutter hvis jeg får rovdyrangrep på husdyra og/eller hobbydyra mine.</p> <p>Ulven er ikke farlig hvis den forsvinner – men hvis den blir er det utrivelig – jeg frykter mest selve mengden ulv.</p> <p>Jerv og bjørn er til å leve med, ulven gir mer problemer i dyreholdet.</p> <p>Jeg vet at det er ingen framtid – det kommer nye ulver over grensa så vi vil få denne situasjonen</p> |  | <p>er at den er en lystmorder</p> <p>Folk sulter i hjel på kloden vår -synes det er feil å legge ned matproduksjonen.</p> <p>Det hadde ikke bodd folk her hvis ikke for landbruket.</p> <p>Det blir et helvete for gardbrukeren. Vil ikke drive virksomhet som ingen setter pris på. Hetses som sauebonde og jeger. Går utover livskvaliteten – interesser og verdier. Det er en del av livskvaliteten å ta vare på kulturen man har.</p> <p>Å bo her gir mening:</p> |
|--|---|--|---|



|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|   | <p>framover. Jeg vil ikke oppleve denne tragedien en sommer til.</p> <p>Det har utviklet seg en stagnasjon og resignasjon i distriktet/dyreholde t. Helse og livskvalitet påvirkes av endringene(el. konsekvensene).</p> |   | <p>Se nedenfor under «gullsitat»</p>   |
| <b>«GULLSITATER»</b>  |  |   |  |
| <p><i>1:«Jeg er redd ungen min skal møte ulveflokkene alene. Det er vondt å se dyra lide sånn - jeg blir på gråten når vi snakker om det. Jeg har hatt mye mareritt etter hendelsen og vært utrolig mye lei meg.»</i></p> | <p><i>1:«Jeg må alltid være tilgjengelig på telefon. Jeg MÅ kunne varsle noen hvis det skjer noe. Føler meg tryggere med varslingsutstyr.»</i></p> <p><i>2:«Det tar kolossalt mye tid og er mye</i></p>                  | <p><i>1:«Det er godt å prate med andre om det så den lokale støtta fra SNO, venner og familie har vært god støtte for meg.»</i></p> | <p><i>1:«Omstilling til annen drift har sin pris ikke minst økonomisk. Ikke bra at beiteretten blir borte. Blir det mer nå så går bygdesamfunnet i oppløsning. Jeg frykter for fraflytting. Jeg er</i></p> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p>2:«Jeg fikk søvnvansker etter ulveangrepene i sommer, om kveldene kom tankekjøret. Når jeg nærmer meg skogsterreng får jeg vondt i magen. Når et rovdyrangrep skjer så er det en skikkelig stressbelastning»</p> <p>3:«Det er en tapsopplevelse, både miste dyra mine og kanskje måtte legge ned livsgrunnlaget mitt»</p> | <p>ekstraarbeid å lete etter husdyr som er skadet eller drept av ulv, i tillegg til den andre jobben kan det tilsammen bli 18-timers arbeidsdag så det blir lite ferie og fri her til gards. Blir det slike ulveangrep en sommer til er det kroken på døra for dyreholdet her. Det er ikke mulig ha sau kun på innmarksbeite for da kommer det sykdom på dyra.»</p> <p>3:«Jeg er blitt mer mørkredd, og folk går mindre i skogen og plukker bær. Vil ikke ut i skogen lenger etter ulveangrepet, å oppleve ulv-angrepet på hunden er mye tøffere enn folk tror».</p> | <p>2:«Jeg synes ikke myndighetene forstår bonden godt nok, det er som om vi skal bort. Det oppleves respektløst. Skulle ønske de ville høre på lokalkunnskapen og møte oss i konkret dialog om fremtidige tiltak. De fraskriver seg ansvar for hvordan vi har det her. Det er vel tøft i perioder for store og små.»</p> | <p>bekymret for gårdens framtid og neste generasjons utsikter til å drive husdyrhold.»</p> <p>2:«Landbruk og husdyrhold i utmark har sin verdi. Vi må ikke bli historieløse - det hadde ikke bodd folk her uten landbruket. Hvis det blir mer ulveangrep på husdyra - hva er vitsen med å bo her da? Jeg frykter for framtida».</p> <p>3:«Jeg bor her for jeg trives med å drive med sau/dyr. Jeg flyttet hit for det å bo her gir meg mer mening – muligheter for friluftsliv og jakt. Det er ikke noe moro å bli hetset som bonde og jeger.»</p> |
|--|--|--|--|

---